

الشمس منتدى اقرأ الثقافي

www.iqra.ahlamontada.com

وكيفية التخلص منه



علاج ثوري للتحسس والحالات المتعلقة به

د. ديفي نامبودريباد

لتحميل أنواع الكتب راجع: (مُنْتَدَى إِقْرَأَ الثَّقَافِي)

پراي دانلود کتابهای مختلف مراجعه: (مُنْتَدَى اقرا الثقافی)

بۆدابه زانانی جۆره ها کتیب: سهردانی: (مُنْتَدَى إِقْرَأَ الثَّقَافِي)

www.iqra.ahlamontada.com



www.iqra.ahlamontada.com

للکتاب (کوردی , عربی , فارسی)

التحسس

وكيفية التخلص منه



يتضمن هذا الكتاب ترجمة الأصل الإنكليزي

Say Good-Bye To Illness

حقوق الترجمة العربية مرخص بها قانونياً من الناشر

DELTA PUBLISHING COMPANY

بمقتضى الاتفاق الخطي الموقع بينه وبين الدار العربية للعلوم ناشرون، ش.م.ل.

Copyright © 2002 by Devi S. Nambudripad

All rights reserved

Arabic Copyright © 2007 by Arab Scientific Publishers- Inc. S.A.L

التحسس

وكيفية التخلص منه

تأليف

د. ديفي نامبودريباد

ترجمة

د. حسان أحمد قمحية

مراجعة

د. جمال الحوت

صحة عامة - أطفال - مجاز في الطب البديل



الدار العربية للعلوم ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc. S.A.L

يمنع نسخ أو استعمال أي جزء من هذا الكتاب بأي وسيلة
تصويرية أو الكترونية أو ميكانيكية بما فيه التسجيل الفوتوغرافي
والتسجيل على أشرطة أو أقراص مقروءة أو أي وسيلة نشر أخرى
بما فيها حفظ المعلومات، واسترجاعها من دون إذن خطي من الناشر

الطبعة الأولى

1429 هـ - 2008 م

رقمك 1-268-87-9953-978

جميع الحقوق محفوظة للناشر



الدار العربية للعلوم ناشرون ش.م.ل

Arab Scientific Publishers, Inc. LLC

عين التينة، شارع المفتي توفيق خالد، بناية الريم

هاتف: 786233 - 785108 - 785107 (961-1+)

ص.ب: 13-5574 شوران - بيروت 1102-2050 - لبنان

فاكس: 786230 (961-1+) - البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb

الموقع على شبكة الإنترنت: <http://www.asp.com.lb>

إن الآراء الواردة في هذا الكتاب لا تعبر بالضرورة عن رأي **الدار العربية للعلوم ناشرون ش.م.ل**

التتضيد وفرز الألوان: لبد غرافيكس، بيروت - هاتف 785107 (9611+)

الطباعة: مطابع الدار العربية للعلوم، بيروت - هاتف 786233 (9611+)

المحتويات

7	مقدمة الكتاب بشارة بن رشيد
15	مقدمة المترجم بشارة بن رشيد
17	الفصل الأول: ما هي الأرجية أو التحسُّ؟ هذه ستياري حين يهـ
53	الفصل الثاني: أصناف المستلجات أو مولدات التحسُّ جوز، ياني لله ستياري يتكلمه مان
79	الفصل الثالث: تشخيص الأرجيات (الحالات التحسسية) د. شبيب كروني هـ ستياري
89	الفصل الرابع: طريقة اختبارات نامبودرياد مختبري بشكينة ياني نامبودرياد
103	الفصل الخامس: لغز الحياة رازبه زيان
111	الفصل السادس: علم الحركة والوخز الإبري جوبوله رافي ودوري شازلي
123	الفصل السابع: اختبارات الاستجابة العضلية ب. شبيب كروني وهـ ماسولا بهيمان
141	الفصل الثامن: أسباب المرض هـو كاره ياني هـ خوسه ستياري
155	الفصل التاسع: اكتشاف طرائق إزالة التحسُّ بحسب نامبودرياد د. زيبه و. ب. رجبكمان ياني لاسدوني هـ ستياري به كورنن نامبودرياد
167	الفصل العاشر: خطوط الوخز الإبري هـ. شبيب كروني شازلي
235	الفصل الحادي عشر: قل وداعاً للمرض به نه خوسه ستياري ياني عالطاولا
251	الفصل الثاني عشر: الجهاز الهضمي كروني هـ ستياري
289	الفصل الثالث عشر: الأرجيات (الحالات التحسسية) والتغذية هـ ستياري بهيمان و خوارز نه ياني
321	الفصل الرابع عشر: التحسُّ (الأرجية) والجهاز التنفسي هـ ستياري و كروني هـ ياني هـ ماسولا
341	الفصل الخامس عشر: التحسُّ الجلدي (الأرجية الجلدية) هـ ستياري ياني

357	الفصل السادس عشر: التحسُّسُ (الأرجية) والمفاصل هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ كان
381	الفصل السابع عشر: التحسُّسُ (الأرجية) والجهاز البولي التناسلي هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ ندرای عيزن - زاو زدين
399	الفصل الثامن عشر: التحسُّسُ (الأرجية) والجسم والعقل والروح هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ ندرای عيزن و روح
427	الفصل التاسع عشر: الأرجيات البيئية (التحسُّس البيئي) هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ كان
453	الفصل العشرون: التحسُّسُ وجهاز الثوران هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ ندرای سوزان
463	الفصل الواحد والعشرون: التحسُّسُ (الأرجية) والجهاز العصبي هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ ندرای عيزن
489	الفصل الثاني والعشرون: حالات تحسسية (أرجيات) متنوعة بار هـ - سيار بيہ و زيرہ بيہ ندرای عيزن
547	قائمة بالمصطلحات ليست زاو زدين

مُقَدِّمَةُ الْكِتَابِ

التحسُّس وكيفية التخلص منه
أنت تستحق أن تتمتع بصحة تامة!
وإذا كنت تعاني من حساسية، فإليك هذا الكتاب الذي سيساعدك على التخلص من الحساسية.

إنَّه حقٌّ من حقوقك الإنسانية: أن تأكل ما تريد، وأن تعيشَ في بيئة تشاء، وأن ترتدي من الثياب أو المزروعات (مواد التَّحْمِيل) ما تحب، وتعيش وتُصاحب من تريد، وأن تكونَ سعيداً؛ فإذا كنت قادراً على القيام بكلِّ هذه الأشياء، فأنت يمكن أن تقولَ إنَّك بصحَّة جيِّدة، جسدياً وفيزيولوجياً ونفسياً، وإلاَّ فأنت مريضٌ. وسيساعدك هذا الكتاب "التحسُّس Say Good-bye to Illness" على فهم مرضك وعلى إيجاد المساعدة الصَّحيحة التي تُحتاجُ إليها للحصول على الصحَّة الجيِّدة.

سيُبيدي لك هذا الكتابُ كم يمكنُ لمنتج غير ضار وشائع الاستعمال أن يُسببَ أكثرَ المشاكل الصحيَّة المألوفة تَعْقيداً؛ فالجهازُ العصبي المركزي يتفاعلُ تجاه الأطعمة أو المواد الأخرى على أنَّها سامَّة حتَّى عندما تكون طبيعِيَّة تماماً أو مفيدة. وتستطيع الآن أن تُعيدَ برمجة دماغك لتحصلَ على الصحَّة التامة. سوفَ تتعلَّم كيف يمكن السيطرة على الحالات التحسُّسية (الأَرَجِيَّات) الموروثة والأمراض المتعلقة بالتَّحسُّس بسهولة الآن.

ما هي طرائقُ إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد؟

طرائقُ إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد Nambudripad's Allergy Elimination Techniques (NAET) هي حلٌّ طبيعى غير باضع Non-invasive وغير دوائي للتخلُّص من الحالات التحسُّسية (الأَرَجِيَّات) Allergies بكافة أنماطها

وشدّاتها (من التحسّس الخفيف إلى تفاعلات فرط التحسّس الشديد، فالتفاعلات التأقية Anaphylactic reactions الشديدة) [المعالجة الناجحة تجاه التحسّس للفستق والبنسلين والأسبرينات والفطر والمحار... إلخ؛ ويمكن الآن أن يستعمل المرضى هذه الأشياء في حياتهم اليومية من دون أية تفاعلات ضارة أو جانبية]، فالاضطرابات المتعلقة بالتحسّس (ومن بعض الأمثلة على ذلك: التّزلات وحتى حالات العدوى الشديدة؛ صعوبات التعلّم في حالات الذاتويّة (التوحّد) Autism واضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط Attention-deficit hyperactivity disorder؛ الغضب والاكتئاب السّريري حتى حالات الفصام Schizophrenias والاضطرابات العقلية الأخرى المختلفة؛ الآلام المفصليّة الخفيفة والالتهاب المفصلي من مختلف الأنماط والشدّات والكيّسات الصّغيرة والطفح الجلدي حتى الأورام؛ الآلام الذّبحيّة وارتفاع ضغط الدّم حتى السّكتات؛ وكلّ ذلك ناشئ عن التحسّس للطّعام والسّموم البيئيّة والكيميائيّة والضغط النفسيّة، مع ما يترتّب على ذلك من نتائج دائمة غالباً. وتستعمل طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد مزيجاً من الاختبارات والإجراءات العلاجيّة الانتقائيّة من الوخز الإبري Acupuncture /الضّغط الإبري Acupressure والمعالجّة الإخلاقيّة Allopathy وأساليب المعالّجة اليدويّة Chiropractic والتغذويّة والحركيّة في الطبّ لموازنة الجسم من ناحية الطّاقيّات البيولوجيّة Bioenergetics مع مختلف الطّاقات الكهرومغنيسيّة غير المناسبة الموجودة في البيئّة الحيّة للشّخص. وباستعمال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد، يمكن أن يتعلّم الفرد موازنة الجسم تجاه أكثر التفاعلات الضّارة الحاصلة في الجسم نتيجة التّأثرات (التفاعلات) Interactions بين بعض الطّاقات غير المناسبة والجسم نفسه؛ فعلى سبيل المثال نذكر: الاكتئاب أو نوبات البكاء بعد أكل طعام معيّن، وفرط النشاط أو التّشوّش الذهني بعد التعرّض للمبيدات الحشريّة، والأرق بعد تطبّق دهون معيّن للجسم، وألم أسفل الظّهر الفجائي بعد ارتداء قميص نظّف بشكل جاف قبل أسبوع، والشّقيقّة المفاجئة بعد شُرْب مخفوق الحليب والشوكولاته المفضّل عند شخص ما... إلخ. وتشتمل الطّاقات غير المناسبة على: الطّعام، والمواد الكيميائيّة، والمصادر البيئيّة الطّبيعيّة

كالعُشب والخشب والصُّخور والإشعاع... إلخ، والحالات التحسُّسية الفيزيائية كالحرارة والبرْد والرُّطوبة والرياح والجفاف والاهتزازات من مختلف الأنواع... إلخ. وقد اكتُشِفَت طرائقُ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد على يَدِ الدكتورِ ديفي س. نامبودرياد Dr. Devi S. Nambudripad في تشرين الثاني/نوفمبر عام 1983.

تُعَدُّ طرائقُ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد معالجةً شموليةً طَبيعيةً تماماً وغير باضعةٍ وخاليةٍ من الأدوية. وقد تدرَّبَ أكثر من سِتَّةِ آلافِ مُمارِسِ طَبيٍّ مُجازٍ على إجراءات إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، وهم يُمارسونَ عملَهم في جميع أنحاء العالم. ويمكن الوقوفُ على المزيدِ من المعلومات عن طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد بزيارة الموقع الإلكتروني www.naet.com.

ما هُوَ التحسُّس (الأَرَجِيَّة)

هو حالةٌ من التحسُّس غير المألوف عندَ شَخْصٍ ما تجاهَ مادَّةٍ أو أكثر (قد تكون مُستنشقةً أو مُبتَلعةً أو متماسكةً مع الجلد)، مع أنَّها يمكن أن تكونَ غيرَ ضارةٍ أو حتَّى مفيدةٍ لأغلبية الأفراد الآخرين.

وفي الأشخاصِ المتحسِّسين، قد يُوَدِّي التماسُّ مع هذه المواد (المُستأرجات Allergens) إلى ضُروبٍ مختلفةٍ من الأعراض بدرجاتٍ مختلفةٍ تتراوح من حِكةٍ خفيفةٍ إلى تَوَرُّمٍ في التَّنُّج والأعضاء، ومن سيلانٍ أنفيٍّ خفيفٍ إلى نوباتٍ ربوئيةٍ شديدةٍ، ومن تَعَبٍ عامٍ إلى تَأَقٍ شديدٍ. ويُعَدُّ المُستأرجُ المُبتَلعُ أو المُستنشَقُ أو التماسُّ قادراً على تَبْدِيلِ الجِهازِ المُناعي في الجسم؛ ثُمَّ يَأْمُرُ الجِهازُ المُناعي المُفَزَّعَ والمُشوَّشَ الكُرَيَّاتِ البيضَ لإنتاجِ الغلوبولينات المُناعيةِ من التَّمَطِ Immunoglobulins type E (IgE) E لتَنْبِيهِ تحرُّرِ القوى الدِّفاعيةِ الكيميائية، مثل الهيستامينات Histamines، من الخلايا البَدِينَةِ Mast cells. وتَتَحَرَّرُ هذه الوسائطُ الكيميائية كَحُزْءٍ من الاستجابة المُناعيةِ للجِسْمِ تجاهَ المواد الغريبة؛ وتُوَدِّي هذه المواد الكيميائية إلى أعراضٍ جسديةٍ وفيزيولوجيةٍ ونَفْسِيَّةٍ شاذةٍ عندَ الشَّخْصِ المُتَحَسِّسِ.

ما هي أسباب الأرجيَّات (الحالات التحسُّسية)؟

تَنجُمُ عَوَائِقُ الطَّاقَةِ واضطرابات توازنها في دوران الطاقة في الجسم عن
العوامل التالية:

أ. الوراثة (من الوالدين، الجدَّين، الأعمام، العمَّات ... إلخ).

ب. السُّموم من مَصَادِرٍ مُخْتَلِفَةٍ:

تُنتِجُ السُّمُومُ Toxins من التَّأثيرِ بينَ الشَّخْصِ والطَّاقَاتِ غيرِ المُناسِبَةِ للأطعمَةِ
والأشربةِ والمَوَادِّ الكِيمِيائيَّةِ ومبيدات الحشرات والعوامل البيئيَّة والجراثيم
والفُطُور والفيروسات والزئبق والغلوتامات أُحادِيَّة الصُّودِيُوم Monosodium
glutamate ... إلخ.

ج. نَقْصُ قدرة الجهاز المناعي بسبب الضَّغْطِ الزَّائِدِ الواقع على جسم الفرد، ممَّا
يُؤدِّي إلى إضعاف الجسم وفَرْطِ تَفَاعُلِهِ تجاه الطَّاقَاتِ الأخرى؛ وتشتملُ
الضُّغُوطُ المُشَاهِدَةُ بِشَكْلِ شائعٍ على: الإصابات الفيزيائيَّة والحَوَادِثِ والجِراحَةِ
والأمراض الخطيرة والإصابات النَّفْسِيَّةِ.

د. اضطرابات العَوَزِ وسوء الامتصاص، ممَّا يُؤدِّي إلى إنتاج إنزيمات شاذَّة تقوِّدُ إلى
وظائفٍ شاذَّة في الجسم (نَقْصُ الهَضْمِ المُسَبِّبُ لِلتَّاقِ، الاضطرابات الهرمونيَّة،
اضطراب الوظيفَةِ الدرقية ... إلخ).

هـ. فَرْطُ التَّعَرُّضِ للمَوَادِّ السَّامَّةِ (المَوَادِّ الكِيمِيائيَّة، مَوَادِّ العَزَلِ، مبيدات الحشرات
والهَوَامِ، الأَطْعَمَةُ والأشربة المحسَّنة، المضافات الطعميَّة، مَلَوِّنَاتِ الطَّعامِ، البَرْدُ
الشَّدِيدُ، الحَرَارَةُ ... إلخ) على مَدَى فِتْرَةٍ مِنَ الزَّمَنِ.

و. العَوَامِلُ والرُّضُوضُ النَّفْسِيَّةُ المؤدِّيَّةُ إلى تَوَقُّفَاتٍ مُفاجِئَةٍ في وَظَائِفِ الطَّاقَةِ، ممَّا
يَقُودُ إلى عَوَائِقٍ مُزْمِنَةٍ في دَوْرَانِ الطَّاقَةِ (الحُزْنُ المُفاجِئُ، البَهْجَةُ، الرُّض ... إلخ
أو الذكريات المؤلِّمة للحَوَادِثِ المُخْتَلِفَةِ مِنَ المَاضِي أو الحَاضِرِ، ممَّا يَقُودُ إلى
استجابةٍ مَناعِيَّةٍ غيرِ مُألُوفَةٍ).

ز. السُّمُومُ الناجمة عن الإجهاد الفيزيائي أو الجَسَدي، مثل التَّمارين الشاقَّة
والجُرْحِ والأَلعَابِ الرِّياضيَّة ... إلخ. وتَنجُمُ السُّمُومُ والذِّفِافَانَتُ في الجسم عن:
حالات العَدَوِيِّ الجِسرُثوميَّةِ أو الفَيروسيَّةِ، العَفَنِ، الخُمائرِ، الفُطُور أو

الطفيليات، التماس المستمر مع بعض المهيجات مثل الزئبق والرصاص والنحاس والمواد الكيميائية... إلخ).

ح. الإشعاع (فرط التعرض للتلفزيون والشمس والمواد المشعة... إلخ).

ما هي بعض الحالات التحسسية (الأرجيات) الشائعة؟

- المستأرجات المُستنشقة Inhalants: غبار الطلع، الأزهار، العطر، الغبار، الدّهان، الفورمالدهيد... إلخ.
- المستأرجات المُبتلعة Ingestants: الأطعمة، الأُشربة، الفيتامينات، الأدوية، المُضافات الطّعاميّة... إلخ.
- المستأرجات التماسيّة Contactants: الأقمشة، المواد الكيميائية، المزوّقات (مواد التّجميل)، الأثاث، الأدوات... إلخ.
- المستأرجات المحقونة Injectants: لسعات الحشرات، اللدغات، الأدوية المحقونة، اللقاحات... إلخ.
- المستأرجات المُعدية Infectants: الفيروسات، الجراثيم، التماس مع أشخاص مُصابين بالعدوى... إلخ.
- العوامل الفيزيائية: الحرارة، البرد، الرطوبة، الضباب، الرياح، الجفاف، أشعة الشمس، الصوت... إلخ.
- العوامل الوراثيّة: الأمراض الوراثيّة أو الاستعداد الوراثي من الوالدين أو الأجداد... إلخ.
- العفن والفطور: العفن، الخمائر، المبيضة Candida، الطفيليات... إلخ.
- العوامل النَّفسية (الانفعاليّة): الذكريات المؤلمة للحوادث المختلفة من الماضي والحاضر.

كيف أعرف أنني مُصابٌ بحالات تحسسية؟

إذا كنت تُعاني من آية أعراض جسديّة أو فيزيولوجيّة أو نفسيّة غير مألوفة بوجود أي من العوامل السّابقة، يمكن الاشتباه بوجود تحسس (أرجيّة) لديك.

من يجب أن يستعمل هذا الكتاب؟

إنَّ أيَّ شخصٍ يُعاني من حالاتٍ تحسُّسيةٍ طعاميةٍ وبيئيةٍ، أو أي شخصٍ يُعاني من مَرَضٍ أو حالةٍ مُرتبطةٍ بالتحسُّس، ينبغي أن يقرأ هذا الكتاب. وتُعدُّ هذه الطَّريقةُ غير الباضعةِ والحاليةِ من الأدويةِ مثاليةً لمعالجةِ الرُّضع والأطفالِ والبالغينِ والمسنينِ والعاجزين الذين يُعانون من تفاعلاتٍ تحسُّسيةٍ (أرجية) خفيفةٍ إلى شديدةٍ.

كيف جرى تنظيمُ هذا الكتاب؟

- يشرحُ الفصلُ الأوَّلُ تعريفَ التحسُّس (الأرجية) Allergy في مختلفِ التخصصاتِ الطَّبية، وبالمصطلحات غير المتخصصة.
- يَصِفُ الفصلُ الثاني الأصنافَ المختلفةَ للمُستأرجات، وكيف تؤثر في الشخصِ المتحسِّس.
- يُمثِّلُ الفصلُ الثالثُ طَريقةً مُتدرِّجةً لتَقْييمِ تاريخك التحسُّسي.
- يشرحُ الفصلُ الرَّابِعُ طرائقَ اختباراتِ نامبودرياد Nambudripad's Testing Techniques (NTT)، ويعطي معلوماتٍ عن الطُّرق المختلفة لاختبارات التحسُّس.
- يَصِفُ الفصلُ الخامسُ الوظيفةَ الطبيعيَّةَ للجهازِ العصبيِّ البشري، وكيف يُولدُ الحالاتُ التحسُّسيةُ من خلال تَلَقِّي منبِّهاتٍ خاطئة.
- يُناقِشُ الفصلُ السَّادسُ علمَ الحركةِ والوَخزِ الإبري، وكيف تؤدي عَوائِقُ الطَّاقةِ إلى الأرجياتِ والأمراضِ في الجِسمِ البشري.
- يشرحُ الفصلُ السَّابعُ اختباراتِ الاستجابةِ العضليَّة Muscle Response Testing (MRT) لكَشْفِ الأرجياتِ (الحالات التحسُّسية) وطريقةِ الاختباراتِ الرَّئيسيَّةِ في طرائقِ اختباراتِ نامبودرياد وطرائقِ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد Nambudripad's Allergy Elimination Techniques (NAET).
- يُناقِشُ الفصلُ الثَّامنُ الأسبابَ المختلفةَ للأمراض.
- يتحدَّثُ الفصلُ التَّاسِعُ عن هذه الطَّريقةِ العلاجيَّةِ الثوريَّة، وعن كيفية اكتشافها.

■ يَشْرَحُ الْفَصْلُ الْعَاشِرُ خُطُوطَ الْوَخَزِ الْإِبْرِي Acupuncture meridians الرَّئِيسِيَّةَ وَوُظَائِفَهَا الطَّبِيعِيَّةَ وَالْمَرَضِيَّةَ.

■ يَصِفُ الْفَصْلُ الْحَادِي عَشَرَ وَيُوضِحُ تَحْقِيقَ التَّوَازُنِ الذَّائِقِ Self-balancing وَاسْتِعْمَالَ طَرَائِقِ الضَّغْطِ الْإِبْرِي لِتَزْوِيدِ الْقَارِئِ بِمَزِيدٍ مِنَ التَّحْكُمِ بِصِحَّتِهِ.

■ نَصِفُ الْفَصُولَ 12-22 حَالَاتٍ صَحِّيَّةً مُخْتَلِفَةً، جِهَازًا جِهَازًا، يُمْكِنُ أَنْ تَتَأَثَّرَ بِعَوَاقِقِ الطَّاقَةِ الَّتِي تُسَبِّبُ الْأَرْجِيَّاتِ وَالْأَمْرَاضَ الْمُرْتَبِطَةَ بِالتَّحْسُّسِ. وَتُمَثِّلُ الْأَلْوَانُ فِي هَذِهِ الْفَصُولِ نَظْرِيَّةَ الْعَنَاصِرِ الْخَمْسَةِ لِلطَّبِّ الشَّرْقِيِّ Five-Element Theory of Oriental Medicine، الْأَصْفَرُ/الْأَرْضُ، الْأَبْيَضُ/الْمَعْدَنُ، الْأَزْرَقُ/الْمَاءُ، الْأَخْضَرُ/الْخَشَبُ، الْأَحْمَرُ/النَّارُ.

وَقَدْ ذُكِرَتْ دَرَسَاتُ الْحَالَاتِ Case studies بَعْدَ تَفْسِيرِ كُلِّ حَالَةٍ تَحْسُّسِيَّةٍ. كَمَا أُذْخِلَتْ شَهَادَاتُ فَعْلِيَّةٍ لِبَعْضِ الْمَرْضَى فِي مَوَاضِعٍ مُنَاسِبَةٍ لِمُسَاعَدَةِ الْقَارِئِ عَلَى فَهْمِ شِدَّةِ الْأَعْرَاضِ وَالْعَمَلِيَّةِ الْمُسَاهِمَةِ فِي الْقِيَامِ بِالْمُعَالَجَةِ لِلتَّخَلُّصِ مِنَ التَّفَاعُلَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ.

وَسَتُسَاعِدُكَ قَائِمَةُ الْمُصْطَلَحَاتِ عَلَى فَهْمِ الْمَعْنَى الْمُلَاحَظِ لِلْمُصْطَلَحَاتِ الطَّبِيَّةِ الْمُسْتَعْمَلَةِ فِي بَعْضِ أَجْزَاءِ الْكِتَابِ.

مُقَدِّمَةُ الْمُتَرْجِمِ

كُلُّمَا حَزَبَ الطَّبَّ عَوَاتِقُ جَدِيدَةٍ تَحُدُّ مِنْ عِلَاجِهِ لِلْأَمْرَاضِ، ظَهَرَتْ نَظَرِيَّاتٌ وَأَطْرُوحَاتٌ جَدِيدَةٌ تُحَاوِلُ أَنْ تَفْتَحَ ثَغْرَةً أَمَلٍ فِي الْجِدَارِ الْمَسْدُودِ، فَتُعِيدَ الْبَسْمَةَ وَالتَّفَاوُلَ بِالشِّفَاءِ لِلكَثِيرِ مِنَ الْمَرْضَى الَّذِينَ يَنْتَظِرُونَ صَنِيعَ الطَّبِّ الْوَاعِدِ فِيهِمْ. وَمِنْ هُنَا يَأْتِي هَذَا الْفَتْحُ الرَّائِعُ وَالْوَاعِدُ لِهَذَا الْكِتَابِ الَّذِي تُقَدِّمُهُ إِلَيْكَ أَخِي الْقَارِي، طَبِيباً كُنْتَ أَمْ مَهْتِماً أَمْ مَرِيضاً أَمْ مَطْلَعاً أَمْ شَخْصاً مُتَّقِفاً، حَيْثُ يَضُمُّ مَتْنُ الْكِتَابِ "التَّحَسُّسُ وَكَيْفِيَّةُ التَّخَلُّصِ مِنْهُ" أَلْفَبَاءَ هَذَا الْفَتْحِ الْجَدِيدِ. وَهُوَ عِلْمٌ لَيْسَ دَخِيلاً عَلَى الطَّبِّ وَلَا مُنَاهِضاً لَهُ، بَلْ وُلِدَ مِنْ رَحِمِهِ وَعَاشَ بَيْنَ أَكْنَافِهِ؛ وَلَكِنَّهُ يُحَاوِلُ الْبَحْثَ بِشَكْلٍ أَعْمَقَ فِي أَسْبَابِ الْأَمْرَاضِ وَالْيَأَقَمَا مُسْتَنْدَافاً إِلَى الْحَقَائِقِ وَالذَّرَاسَاتِ الطَّبِّيةِ. وَلَقَدْ وَجَدَتْ هَذِهِ الْمَدْرَسَةُ الطَّبِّيةُ أَنَّ التَّحَسُّسَ، مَهْمَا كَانَ نَوْعُهُ، هُوَ السَّبَبُ فِي الْكَثِيرِ مِنَ الْأَمْرَاضِ الْمُسْتَعَصِيَةِ الَّتِي تُصَابُ بِهَا؛ وَبِنَاءٍ عَلَى ذَلِكَ تُحَاوِلُ التَّعَرُّفَ إِلَى نَمَاطِ هَذَا التَّحَسُّسِ وَأَسْبَابِهِ، وَمِنْ ثَمَّ إِعَادَةَ بَرْمَجَةِ الدِّمَاغِ وَالْجِهَازِ الْمُنَاعِيِّ لِتَحْقِيقِ اسْتِجَابَةٍ مُفِيدَةٍ وَصَحِّيةٍ، بَدَلاً مِنَ التَّفَاعُلَاتِ التَّحَسُّسِيَةِ الضَّارَّةِ الَّتِي تُؤَرِّقُ حَيَاتِنَا وَأَوْقَاتِنَا.

وَالْأَمَلُ مَعْقُودٌ عَلَى أَنْ يُقَدِّمَ هَذَا الْكِتَابُ الْفَائِدَةَ الْمَرْجُوءَةَ مِنْهُ، وَأَنْ يُشَكِّلَ بَارِقَةً رَجَاءٍ لِكُلِّ الْأَطْبَاءِ وَالذَّارِسِينَ وَالْمَهْتَمِّينَ وَالْمَرْضَى، وَأَنْ يُمَثِّلَ لِبَنَةِ جَدِيدَةٍ فِي صَرْحِ الْمَكْتَبَةِ الطَّبِّيةِ الْعَرَبِيَةِ الثَّقَافِيَّةِ وَالتَّخَصُّصِيَّةِ فِي آنٍ مَعاً.

الدكتور حَسَّانُ أَحْمَدُ قَمَحِيَّة

حِصص 7 أَيْلُول 2007م

الفصل الأول

ما هي الأرجية أو التحسس؟

أدخلتُ كارولين المستشفى 12 مرة على مدى 10 سنوات، وبقيت في كل مرة ما بين بضعة أيام إلى أسابيع بسبب عوارض صرعِيَّة Seizure episodes أو التهاب القصبات Bronchitis أو نوبات ربوِيَّة حادَّة Acute asthmatic attacks أو نوبات متكررة من الالتهاب الرئوي Pneumonia. وكانت صحتها تتحسن لعدَّة أشهر بعد الاستشفاء Hospitalization؛ غير أنَّها في الوقت الذي كانت تستعيد فيه قوتها، تعودُ بها نائبةٌ (عارضة) أخرى من الربو أو الالتهاب الرئوي إلى المستشفى. ولم تستطع الموسيقىارة الموهوبة كارولين أن تعمل أو تعزف على آلة موسيقية حتى بشكل نشاطٍ متفرِّغ (وقت الفراغ)، فقد أجبرت على أن تكون عاجزةً عن ذلك.

كانت قد جرَّبت كارولين كلَّ شيء يمكن التفكير به لإنهاء معاناتها. وقد تخلى العديد من الأطباء في الطب العام عن محاولة مساعدتها منذ زمن بعيد؛ وكانت قد زارت اختصاصياً في الطب الباطني والأعصاب وفي الجراحة الوعائية وفي الرئتين، وأربعة أطباء على الأقل متخصصين في معالجة الأرجيات (التحسس) Allergies من منظور غربي. وكانت قد خضعت لكل إجراء تشخيصي معروف في الطب المعاصر تقريباً؛ كما أنَّها خضعت حتى لتقييم طبي نفسي بناءً على نصيحة أحد الأطباء. ومع ذلك، بقي الصَّداع المستمر موجوداً، فضلاً عن أعراض الربو والآلام العضليَّة والمفصليَّة والنوبات الصرعية النمط والسعال الجاف المستمر والتستيل الأنفي الخلفي Postnasal drip (تقاطر المفرزات خلف الأنف) والإسهال المزمن والعدوى المثانيَّة والعدوى بالخمائر Yeast infection والتبول المتكرر وخلل القراءة Dyslexia والتوهان (اضطراب التوجُّه) Disorientation والإعياء الذهني والجسدي المفرط.

هذه هي قصة شخص حقيقي يعاني، مثله مثل الكثير من الآخرين حولنا، من الأعراض المُخِيطَة والمُزعِجَة للحُسُس (الأرجِيَّات)؛ ولا تُؤدِّي هذه الأعراضُ إلى التشويش والخِيبَة عندَ المرضى وأطبائهم فحسب، بل تُسبِّبُ كرباً كبيراً لأسرهم ومُدرائهم أيضاً.

إنَّ حقائقَ قصة هذه الحالة الفعلية نموذجية وشائعة تماماً؛ فالجرعاتُ المكثَّفة من الكورتيزون Cortisone والمُضادَّات الحيويَّة Antibiotics التي تَلَقَّتْها كارولين خلال استشفائها أدَّتْ إلى تفريجٍ مؤقتٍ وأحياناً دائمٍ من أعراض الحُسُس في أغلبية المرضى المتحسِّسين، لكنَّ احتمالَ التُّكْس يَبقى قريباً. كما أنَّ التأثيراتِ الجانبيَّة للكورتيزون والأدوية الأخرى المُضادَّة للحُسُس (الأرجيَّة) Antiallergenic medicines يزيدان خطراً أمراض القلب والسمنة Obesity واضطرابات المفاصل

والوجه البُدري Moon-face (تبدُّل تشوُّه) مؤقت ناجم عن التفاعلات التحسُّسية - الأرجيَّة - تجاه الكورتيزون الموصوف للتقليل من الأعراض التحسُّسية الأصلية).

تعريفُ الأرجيَّة

الأرجيَّة Allergy حالةٌ من التحسُّس غير المألوف عند الفرد تجاه مادةٍ أو أكثر في بيئة عيشه، قد تكون غير ضارة بل حتى مفيدة لمعظم الأفراد الآخرين؛ وبكلمةٍ أخرى، الأرجيَّة هي اضطراب في توازن الطاقة Energy imbalance بين الطَّاقة الكهرمغناطيسيَّة Electromagnetic energy للشخص والمادَّة المسبِّبة لتفاعلاتٍ جسديَّة وفيزيولوجيَّة و/أو نفسيَّة غير مرغوبة في جسمه.

واستناداً إلى المبادئ الطَّبيَّة الشرقيَّة، تُمثِّل حالةُ ين - يانغ Yin-Yang state التوازن التَّام لأشكال الطَّاقة. ويؤدِّي أيُّ اضطرابٍ في (حالة ين - يانغ) إلى فرقٍ في الطاقة Energy difference. فأَيُّ اضطرابٍ من هذا القبيل في حالة ين - يانغ يُسبِّب عَدَمَ الاتِّساق Disharmony؛ وعَدَمُ الاتِّساق هذا هو الأرجيَّة.

الأرجيَّة (التحسُّس)
Allergy هي استجابة
جسديَّة وفيزيولوجيَّة
و/أو نفسيَّة ضارة
عند الفرد تجاه مادَّة
أو أكثر تُدعى
المُسْتَأرجات (مولدات
التحسُّس) Allergens
أيضاً.

الأرجية حالة وراثية: أي الاستعداد أو الميل الأرجي Allergic predisposition موروث، لكن الأرجية نفسها لا تظهر حتى مرحلة متأخرة نوعاً ما (إلا فيما بعد)؛ فعمر بدء الحالة الأرجية (التحسسية) يعتمد على درجة الوراثة. وكلما اشتد العامل الوراثي، كان البدء المتوقع أبكر في الظهور. ولقد بينت الدراسات أنه عندما يكون لدى كلا الوالدين أرجية أو تحسس، يُبدى 75-100٪ من ذريتهم تفاعلاً تجاه المُستأرجات نفسها؛ أمّا عندما لا يبدى أي من الوالدين تحسساً تجاه هذه المُستأرجات، فإن احتمال حدوث الأرجية عند الذرية ينقص بشكل ملحوظ إلى أقل من 10٪. ويعاني معظمنا من مظاهر أرجية بدرجات مختلفة بسبب المستويات المختلفة للوراثة الوالدية Parental inheritance.

وتبقى الذرية في بعض الحالات تعاني من عدد من الأرجيات منذ الولادة، حتى عندما لا يكون لدى الوالدين مثل ذلك؛ وتوجد احتمالات مختلفة في مثل هذه الحالات:

قد يكون الوالدان عانيًا من مرض أو حالة خطيرة، كأن يكونا قد أصيبا بالمalaria قبل أن يولد الطفل، الأمر الذي سبب تبدلاً في الروايز الجينية (الوراثية) Genetic codes. كما قد تكون الأم الحامل تعرضت لمواد ضارة: إشعاع (الأشعة السينية)، مواد كيميائية (أم مرتقبة تناولت الكثير من الكافيين أو الكحول أو الأدوية أو المضادات الحيوية)، سموم نتيجة لمرض ما (عدوى بالمكورات العقدية Streptococcal infection كما في التهاب الحلق بالمكورات العقدية Strep-throat أو الحصبة Measles أو الحماق Chicken pox)؛ ويمكن أن تكون الأم الحامل أيضاً قد عانت من رضوض انفعالية شديد (صددمات عاطفية). وقد يكون الوالدان عانيا من سوء تغذية Malnutrition شديد (لم يتناولوا ما يكفي من الطعام أو لم يستفيدا منه بسبب سوء الامتصاص أو الأرجيات)، وربما يؤدي ذلك إلى تعرض المضغة النامية Growing embryo إلى طفرة خلوية Cell mutation خلال تخلقها (نمائها) في الرحم. والخلايا المتبدلة لا تنقل الروايز الجينية الأصلية أو لا تدخل في تخلق طبيعي؛ ولذلك، تضطرب وظيفة الأعضاء والنسج التي من المفترض أن تتخلق من الخلايا المصابة، وقد يكون ذلك بسبب عوامل انفعالية (نفسية) واضطرابات في التوازن محرضة بالكرب Stress-induced imbalances.

ويُقدَّرُ بأنَّ 50٪ من الناس في العالم يعانون من الأرجيَّات (التحسُّس)؛ غير أنَّ هذه التقديرَ يبقى تقديرًا فقط نتيجة الاختلاف في تعريف الأرجيَّات بين الباحثين، فليس هناك تعريفٌ نوعي للأرجيَّة مُتَّفَقٌ عليه عالمياً؛ فإذا رغبَ الباحثون في الطبِّ بتوسيع رؤيتهم للأرجيَّات لتشملَ فرط التحسُّس Hypersensitivity وحالات عدم التحمُّل Intolerances والتفاعلات المُتَوَاسِطَةُ بالغلوبيولين المناعي IgE وغير المُتَوَاسِطَةُ به، نستطيعُ التعرُّفَ بوضوح إلى النسبة الهائلة من الذين يعانون من الأرجيَّة والتي تزيد على 90٪.

ويسألُنِي الكثيرُ من المهنيين في الطبِّ والمرضى السؤالَ نفسه: "هل تعالجن الأرجيَّات الحقيقية أم حالات التحسُّس فقط؟" أقولُ: غالباً ما تتداخل أعراضُ التحسُّس وفرط التحسُّس وعدم التحمُّل (التفاعلات المُتَوَاسِطَةُ بالغلوبيولين المناعي IgE) والأرجيَّات (التفاعلات غير المُتَوَاسِطَةُ بالغلوبيولين المناعي IgE) وتشخيصها ومعالجتها مع بعضها البعض. ويمكن اختبارُ كلِّ من حالات عدم التحمُّل والأرجيَّات، وبدرجات مختلفة، باختبارات الاستجابة العضليَّة Muscle Response (MRT) Testing؛ ففي حالة الأرجيَّة، يُلاحظُ ضعفُ العضلة المُختَبَرَة خلال القيام باختبارات الاستجابة العضليَّة، بينما تظهرُ مقاومةً قويَّة في العضلة المُختَبَرَة خلال القيام بهذه الاختبارات عندما لا توجدُ أرجيَّة. وقد أثبتَ "Naeter" (طُورَ من الموقع الإلكتروني "Startechhealth.com") كفاءة اختبارات الاستجابة العضليَّة بحسب NAET (طرائق إزالة الأرجية (التحسُّس) بحسب نامبودرياد) في الأرجيَّات، وهو جهازٌ جلدي كهربي مُحَوَّسَب غير باضع تبيَّن أنَّه فعَّالٌ في كشف فرط التحسُّس وعدم التحمُّل والأرجيَّات المُتَوَاسِطَةُ بالغلوبيولين المناعي IgE وغير المُتَوَاسِطَةُ بالغلوبيولين المناعي IgE عندَ الذين يعانون من الأرجيَّة؛ ويمكن معالجة جميع هذه التفاعلات الأرجيَّة بنجاح والتخلُّص منها حسب طريقة NAET. وسنشرح كلاً من MRT وNAET بالتفصيل في الفصل السَّابع.

لقد أتى المعنى الحرفي للأرجيَّة Allergy من الكلمة اليونانيَّة *Allos* التي تُرجمت إلى *تسبُّل التأثير أو الفعل* *altered action* أو التفاعل Reaction. بمعنى آخر؛ وكانَ أوَّلُ من اقترحَ مصطلح الأرجيَّة عام 1906 هو طبيب الأطفال

النمساوي كليمنس فون بيركت (1874-1929) Clemens Von Pirquet الذي تعامل بشكل مكثف مع سُلّ الأطفال، فدرس الجهاز المناعي وما نسميه اليوم التفاعلات الأرجية Allergic reactions؛ وقد كان بيركت هو من طور اختبار الخدش Scratch test في السل، ويُعدّ هذا الاختبار أصل اختبارات الخدش الأرجية التي تُجرى اليوم في الكثير من العيادات. وقد ولّد بيركت كلمة الأرجية Allergy بالجمع بين الكلمتين الإغريقيتين Allos (altered) وErgion (action or reactivity)، فأصبح المعنى الحرفي التفاعلية المتبدلة Altered reactivity. ويُعبّر ذلك عن فرط تحسّس بيولوجي Biological hypersensitivity عند فرد معيّن تجاه مواد معينة لا تكون ضارة بمعظم الناس بالمقادير والظروف نفسها.

لاحظ أبقراط Hippocrates (الطبيب الإغريقي الذي يُعدّ "أبا الطب") في منتصف العام 400 قبل الميلاد - أي قبل نحو 2500 سنة - أن الجبن Cheese سبّب تفاعلات شديدة عند بعض الرجال، في حين يأكله الآخرون ويتمتعون به من دون تأثيرات تلوّية (لاحقة) مزعجة Unpleasant aftereffects. وبعد 300 سنة، قال الفيلسوف الروماني لوقروطس Lucretius "ما هو طعام للبعض قد يكون سُمّاً للبعض الآخر"؛ وقد اشتقّقنا من هذه العبارة "لحم أحدنا سُمّاً للآخر". وبعد، هذا تعريف بسيط ودقيق للأرجية، مع أن الحالة لم تُميّز بمثل ذلك إلا مؤخراً جداً. يؤدي تنشيط أو تفعيل الأضداد E أي الغلوبولين المناعي من النمط Immunoglobulin type E (IgE) antibodies E إلى أرجبيات حقيقية، غير أن ملايين الناس يعانون من أعراض أرجية مختلفة يومياً وبدرجات مختلفة، من دون أن ينتجوا هذه الأضداد؛ ويمكن أن تُسمّى هذه الأنماط من التفاعلات بعدم التحمّل Intolerance أو فرط التحسّس Hypersensitivity.

عندما يتعرّض الجسم لما يُعتقد الجهاز المناعي الطبيعي أنّه مادة غريبة وخطيرة، يقوم على الفور بإطلاق وسائط كيميائية Chemical mediators مناسبة للحالة بهدف اعتراض التفاعل الأرجي Allergic reaction؛ ويسيطر الجسم على المُستأرج Allergen (المادة المسببة للأرجية) خلال ثوانٍ من دون أن يُسبّب أية أعراض مرضية واضحة عند الشخص. لكن، عندما يدرك الجهاز المناعي أن ما

ينبغي أن يكون مواد غير ضارة هو عناصر دُخيلة خطيرة، ويُنبه إنتاج الأضداد للدفاع عن الجسم، لا تسير الأمور بشكل مُرضٍ كما هي عليه الحال في الشخص الذي يتصفُ بجهاز مناعي طبيعي؛ وهنا، يُطلق التماسُ الأوّل مع المُستأرج الخطوة الأولى للتفاعل الأرجي (التحسّسي) داخلَ الجسم، فيوقظ الجسمُ قواه الدفاعيّة استجابةً للإنذار الذي تلقّاه من الغازي الجديد، ويُنتج على الفور القليل من الأضداد ويُخزّنها في مستودع لاستعمالها مستقبلاً.

لا يُنتج التماسُ الأوّل أو التحسيس البدني Initial sensitization الكثير من الأعراض عند معظم الناس عادةً؛ ولكن، يوقظ الجسمُ خلال التعرّض الثاني للمُستأرج الأضداد المُنتجة سابقاً حتى تقوم بالتأثير، ممّا يقود إلى أعراض أكثر وضوحاً؛ فإذا كان لديك جهازٌ مناعي قوي، قد لا يؤدي التعرّض الثاني إلى الكثير من الأعراض المُزعجة أيضاً، غير أن الجهازَ المناعي المُهدّد غالباً ما يبدأ في التعرّض الثالث بفعل جادٍ لإنتاج كميات هائلة من الأضداد لمقاومة الغازي، الأمر الذي يُسبّب ما ندعوه التفاعل الأرجي.

توجد أنماطٌ مختلفة من الغلوبولينات المناعيّة Immunoglobulins التي ينتجها الجسمُ في حالات مختلفة كآلية دفاعيّة طبيعيّة هدفها حماية الجسم؛ وتشتمل بعضُ هذه الأنماط المعروفة على:

IgE - هو الضدُّ المسؤول عن فرط التحسّس العاجل Immediate hypersensitivity والتفاعلات في الجسم عندما يكون بتماس مع مُستأرج.

IgA - يُنتج هذا الضدُّ عندما ترتبطُ التفاعلاتُ بالأغشية المخاطية.

IgD - يوجد على سطح الخلايا البائيّة B-cells.

IgG - يُدعى أيضاً الغاما غلوبولين أو الغلوبولين غاماً Gammaglobulin، وهو يؤدي إلى تفاعل آجل أو متأخر، مع أعراض يستغرق ظهورها ما بين بضع ساعات و3-4 أيام. ويُعدُّ IgG الضدَّ الرئيسي في الدم الذي يقي من الجراثيم والفيروسات.

IgM - هو أوّلُ ضدٍّ يظهر خلال الاستجابة المناعيّة.

لا تحصلُ عندَ بعضِ الناسِ إلاَّ الأرجِيَّاتُ المُتَوَاسِطَةُ بالغلوبولين المناعي IgE فقط، حيثُ يمكنُ أن توجدَ الأضدادُ IgE في العينة الدموية؛ بينما يكونُ لدى أناسٍ آخرين أكثرُ من ضدٍّ واحدٍ في دمهم، وذلك حسب عددِ المُستأرِجات التي تفاعلوا معها في الماضي.

يمكنُ أن يتجلَّى التفاعلُ الأرجي بدرجات مختلفة من الحكة الخفيفة إلى الشديدة أو الطفح أو الشَّرَى أو التورُّم في أيِّ مكانٍ من الجسم، ولكنَّ أكثرَ المناطقِ إصابةً الجلدُ والعينان والأنف والحلق والفم والمستقيم والمخاطية المهبلية. كما قد تصيبُ الأرجيةُ المريضَ بشكلٍ جهازِي (شامل الجسم كله)، فتُدعى الصدمة التأقية (الاستهدافية) Anaphylactic shock أيضاً. وقد تصيبُ الصدمة التأقية بعضَ الأعضاء أو تصيبها جميعاً في الوقت نفسه، ممَّا تسبَّب أعراضاً جهازيةً أو مجموعةً بالغة تظهر بشكل آلام حادة في الرأس والبطن والصَّدر؛ كما يمكنُ أن تؤدِّي إلى تورُّم اللسان والحلق، الأمر الذي يقود إلى تضيق وصعوبات تنفسية، أو نقص جزئي في الدوران الدموي ممَّا يُسبِّب انخفاضَ ضغط الدم وتسرعَ القلب وضعفَ النبض أو غيابه تماماً. وتشتملُ الأعراض الأخرى التي نشاهدها على نقص حرارة الجسم، ممَّا يؤدِّي إلى برودة الجلد ورطوبته، وعلى الشعور بالتَّوْافُض⁽¹⁾ (قشعريرة) Chills والبرودة الداخلية والشحوب وتدهرج العينين والإحساس بالخوف والحمَّى وفقد الاستجابة والدوخة والغثيان والإسهال ونوبة هلع والإغماء، وعلى الموت أحياناً، وذلك بسبب الانهيار الجهازِي.

عندما يسمعُ الكثيرُ من الناس، بما في ذلك بعض المهنيين الصحيين، بكلمة "أرجية أو تحسُّس" يفكِّرون بسيلان الأنف والعطاس والسُّبْرَى، وربَّما بالرُّبو أو حمَّى الكلا Hay fever. وتكون التفاعلاتُ متوقَّعةً عند المصابين بالأرجية في بعض الحالات، لكن لا يمكنُ توقُّعها مطلقاً عند البعض الآخر؛ كما قد تختلفُ هذه التفاعلاتُ اختلافاً جذرياً، وتظهر بشكل غير متوقَّع، ممَّا يجعل التشخيصَ مُحيرًا، والمعالجةُ المسبقةُ مستحيلة تقريباً. ومن الألفاظ للنظر أنَّ عدداً متزايداً من الأطباءَ والباحثين في الطبِّ يرون أنَّ العواملَ الأرجيةَ قد تساهم في معظم الأمراض والاضطرابات الصحية.

(1) حمَّى مترافقة برعدة.

واستناداً إلى الإحصائيات التي أعلنتها الكلية الأميركية للأرجية والربو والمناعيات American College of Allergy, Asthma and Immunology (ACAAI) في كانون الثاني/يناير 1999، يعاني نحو 40-50 مليون أمريكي من شكل ما من الأرجية، ويُبدى 1-2٪ فقط من جميع البالغين أرجية نحو الأطعمة أو الإضافات الغذائية Food additives. كما يُظهر 8٪ من الأطفال دون السادسة من العمر تفاعلاً ضاراً Adverse reaction تجاه الأطعمة المتناولة؛ وتبين أن 2-5٪ منها فقط هو من نوع الأرجيات الغذائية.

ومما لا شك فيه أن هناك العديد من الأرجيات غير المُشخصة والتي تختفي وراء كمٍ وافر من المشاكل الصحية المستمرة أو العالقة عند مرضى غير متوقعين في جميع أنحاء العالم. ويُثبت ما جمعه من الأبحاث والخبرات خلال ممارستي لتخصصي في الأرجية أن جزءاً فقط من الأرجيات يُشخص بشكل منتظم بإجراءات التشخيص الطبي التقليدية. ويعتمد استنتاجي على خبرة 15 سنة وعلى آلاف القصص المرضية، ليس في ممارستي وحسب، بل في ممارسة آلاف الأطباء الذين درّبتهم على طريقة NAET أيضاً. وتجعل هذه التفاعلات الذين يعانون منها وأحبّاءهم في لحظات وأيام عديدة مملوغة بالقلق، وقد يدوم ذلك في بعض الحالات شهوراً أو أكثر. وقد يشك الممارس في معرفته وقدرته على ممارسة الطب، أو يُصاب بالخيبة تجاه هذه الحالة، ويطرح "تشخيصاً ككبش فداء Scapegoat diagnosis" مثل الفيروسسي أو التّعذر البَرء (العُضال) Incurable أو الوراثي أو الغريب أو المجهول السبب Idiopathic أو النفسي الجسدي Psychosomatic؛ ويؤدي هذا التشخيص إلى رضا عابر عند المريض وبعض راحة البال المؤقتة عند الطبيب؛ ولكن هذه النتيجة لن تدوم طويلاً عند كلا الطرفين.

وتتمثل الحقيقة المريعة في أنه يندر أن تكون هناك أمراض أو اضطرابات بشرية لا تُساهم فيها العوامل الأرجية بشكل مباشر أو غير مباشر؛ فكل مادة تحت الشمس، بما في ذلك أشعة الشمس نفسها، قد تسبب تفاعلاً أرجياً عند أي شخص. وبكلمة أخرى، يمكن أن تتحسس لأي شيء تصبح في تماس معه؛ فإذا بدأت بتحري الناس من حولك - حتى ما يُقال عنهم إنهم أصحاء - ستجد أرجيات خفية كعامل مسبب في جميع الاضطرابات الصحية تقريباً.

وبالنسبة إلى أولئك الذين بالكاد تكون حياتهم مضطربة نتيجة إزعاج التفاعل الأرجي (التحسس)، يؤدي تناولهم لمضادات الهيستامين البسيطة Antihistamine remedies أو العلاجات الموضعية إلى تفريغ مؤقت إلى أن يمضي فصل (موسم) الأرجية الخاص؛ أما الذين يتهدد حياتهم خطر دائم، فتكون المعالجة المناعية المديدة Long-term immunotherapy أو التحنّب السام هما الأمل الوحيد الذي يتيسر للطب التقليدي لتمكينه من المواجهة حتى الآن. وتعدّ المعالجة المناعية بالطبع مكلفة جداً ومستهلكة للوقت، ولا تخرج بنتيجة مرضية غالباً، حيث يعود معظم الناس في نهاية المطاف إلى حرمان أنفسهم من أشياء كثيرة في الحياة تجلب لهم البهجة والمتعة والإنجاز طوال حياتهم. ومن الشكاوى الشائعة لقد سيطرت الأرجيات على حياتي"، وإن أكثر الأشياء التي أود أن أسعد بها هي أكثر الأشياء التي أتحسّس تجاه معظمها".

وحسبى مع العزلة التامة عن المستأرجات المتوقعة، لا تكون هناك ضمانات لتمكّن مرضى الأرجية من البقاء بعيداً عن كلّ حالة وتفاعل تحسّسي؛ فمع تقدّم العلم والتكنولوجيا، تغيّرت أنماط حياتنا المعاصرة بشكل ملحوظ، وأصبحت المنتجات الجديدة - التي تمثل مستأرجات متوقعة لدى الكثير من الناس - تتطور كلّ يوم؛ كما تحسّنت نوعية الحياة، لكنّ المنجزات العلمية أصبحت أكثر عبئاً على بعض المرضى المصابين بالأرجية.

ونحن لا نستطيع أن نتجاهل حقيقة أننا نتحرّك ضمن القرن الواحد والعشرين، حيث ستكون التكنولوجيا أكثر سيادة من اليوم؛ ولن يكون هناك شيء خاطئ مع التكنولوجيا. وفي الواقع، لقد جعلت التكنولوجيا المعاصرة أنماط حياتنا أفضل من ذي قبل، لكن يجب أن يجد مريض الأرجية السبيل للتغلب على التفاعلات غير الملائمة (الضارة) تجاه المواد الكيميائية والمستأرجات Allergens الأخرى التي تنتجها هذه التكنولوجيا لكي يتمتع بالعالم الجديد. ومع أن ذلك يحتاج إلى سلسلة من العلاجات المفصّلة، لكنّ طريقة NAET تقدّم منظوراً للتفريغ إلى الذين يعانون من تفاعلات أرجية مستمرة من خلال إعادة برمجة الدماغ نحو الصحة الكاملة. ونحن نستطيع إعادة تشغيل Rebooting جهازنا العصبي، مثل

استثناف تشغيل الحاسوب تماماً، من خلال NAET، والتغلب على التفاعلات الضارة Adverse reactions للدماغ والجسم.

وفي رأيي، من المؤكد أنه من الأفضل التغلب على الألم والمعاناة المستمرين بدلاً من الإذعان أو السعي إلى "قتل المرحمة Mercy killing".

ولفهم NAET، لا بد من بعض الفهم للدماغ Brain ووظائفه؛ وتتوفر كتب كثيرة عن موضوع الدماغ في المكتبات العامة والمكتبات الصغيرة. ولكننا سنقدم مدخلاً موجزاً عن الوظيفة الدماغية المرتبطة بطريقة NAET. ويمكن الرجوع إلى المراجع الكبيرة للوقوف على مزيد من المعلومات.

الدماغ والجهاز العصبي

تعد دراسة الجهاز العصبي Nervous system موضوعاً معقداً حتى بالنسبة إلى طلبة العلوم العصبية؛ ولا أتوقع أن يفهم كل قارئ جميع المعلومات المدرجة لاحقاً عن الجهاز العصبي ووظائفه. ولكن، لنحاول استعراض العلاقة بين الجهاز العصبي وإحدى وظائفه - الاستجابة المناعية Immune response.

حتى نفهم الجهاز العصبي، يجب أن نعرف تنظيم Organization وآلية التواصل Mechanism of communication وسبل انتقال الإشارة Signaling pathways.

التنظيم

يتكون الجهاز العصبي من الجهاز العصبي المركزي Central nervous system والجهاز العصبي المحيطي Peripheral nervous system؛ ويُعدُّ النخاع الشوكي (الحبل الشوكي) Spinal cord والدماغ Brain مكوني الجهاز العصبي المركزي. يمكن تقسيم الدماغ إلى ستة أجزاء رئيسية:

1. البصلة Medulla.
2. الجسر Pons.
3. المخيخ Cerebellum.
4. الدماغ المتوسط/المهاد Midbrain/Thalamus.

5. قشرة المخ Cerebral cortex.

6. نصف الكرة المخية Cerebral hemispheres.

ويكون الدماغ هو مركز التحكم المسيطر على الجسم، وهو يتلقى باستمرار معلومات من الألياف العصبية الحسية Sensory nerve fibers عن الظروف داخل الجسم وخارجه؛ ويقوم بتحليل سريع لهذه المعلومات، ثم يرسل رسائل تحكم بوظائف الجسم وأفعاله؛ كما يخزن جميع المعلومات عن التجارب السابقة، مما يجعل التعلم والتذكر ممكناً. ويعد الدماغ مصدر الأفكار والمزاج والانفعالات (العواطف) أيضاً.

استكشاف الدماغ عبر السنين (التاريخ)

كان يعتقد، قبل عصر المجهر المركب Compound microscope، أن النسيج العصبي يعمل عمل الغدة؛ ففي بداية القرن الأول، افترض الطبيب اليوناني جالينوس Galen أن الأعصاب تنشر نوعاً خاصاً من السائل المفرز من الدماغ والنخاع إلى محيط الجسم؛ وفي القرن الثامن عشر، أظهر المجهر البنية الحقيقية لخلايا النسيج العصبي؛ ومع ذلك، لم يصبح النسيج العصبي موضوعاً أو مادة علم متخصص إلا في أواخر القرن التاسع عشر، حيث قام كاميلو غولجي Camillo Golgi وسانتياغو رامون ي كاجال Santiago Ramon Y Cajal بنشر الأوصاف التفصيلية الأولى عن الخلايا العصبية.

كان غولجي قادراً على رؤية العصبون Neuron تحت المجهر. وتمكن من مشاهدة أن للعصبونات أجساماً خلوية وبروزين رئيسيين، تغصناً Dendrite يتفرع من إحدى النهايتين ومخوَّراً Axon طويلاً شبيه بالحبل في الجهة الأخرى. أما رامون ي كاجال فقد تمكن من تلوين خلايا مفردة، وبذلك أظهر أن النسيج العصبي ليس شبكة متواصلة، ولكنه شبكة من الخلايا المتفصلة والتميزة. وقد خرج رامون ي كاجال خلال عمله هذا بعض المفاهيم الأساسية وبالكثير من البيانات الأولى على المبدأ الذي ينص على أن العصبونات المفردة هي عناصر نقل الإشارة الأولية في الجهاز العصبي.

بدأ الاستقصاء الفيزيولوجي للجهاز العصبي في أواخر القرن الثامن عشر عندما اكتشف الطبيب واختصاصي الفيزياء الإيطالي لوجي غالفاني Luigi Galvani أن العضلة الحية المستتارة والخلايا العصبية يُنتجان الكهرباء؛ وقد ظهرت الفيزيولوجيا الكهربائية Electrophysiology المعاصرة في القرن التاسع عشر على أيدي ثلاثة اختصاصيين في الفيزيولوجيا هم إميل دو ييوس ريموند Emil Du Bois-Reymond وجوهانز مولر Johannes Muller وهيرمان فون هلمولتز Hermann Von Helmholtz؛ فقد تمكنوا من أن يظهروا أن النشاط الكهربائي لخلية عصبية يؤثر في نشاط أو فعالية الخلية المجاورة بطرق متوقعة.

ومع نهاية القرن التاسع عشر، خطا علم الأدوية (الفارماكولوجيا) Pharmacology خطواته الأولى في التأثير في معرفتنا بالجهاز العصبي والسلوك عندما أظهر كلود برنار Claude Bernard في فرنسا، وبول إيرليخ Paul Ehrlich في ألمانيا، وجون لانجلي John Langley في إنكلترا، أن الأدوية لا تتأثر مع الخلايا بشكل عشوائي، بل ترتبط بمستقبلات نوعية Specific receptors متوضعة بشكل نموذجي في الغشاء على سطح الخلية؛ وأصبح هذه الاكتشاف الأساس في الدراسة الهامة جداً للقاعدة الكيميائية للتواصل بين الخلايا العصبية.

يعمل الدماغ مثل الحاسوب Computer؛ فالخلايا الدماغية تُنتج إشارات كهربية، ثم ترسلها من خلية إلى خلية على طول سبل ومسالك تُدعى الدارات Circuits؛ وتلقى هذه الدارات الكهربائية المعلومات وتحللها وتعالجها وتخزنها وتسترجمها. ويولد الدماغ إشارات كهربية بوسائل كيميائية، حيث يعتمد الأداء الوظيفي الصحيح للدماغ على عدد من المواد الكيميائية المعقدة التي تنتجها الخلايا الدماغية.

يتكوّن النخاع الشوكي من 31 زوجاً من الأعصاب النخاعية (الشوكية) Spinal nerves؛ وتنشأ الأعصاب اللاؤدية Parasympathetic والسودية Sympathetic من النخاع الشوكي، وتسير نحو الأجزاء المختلفة من الجسم، بما في ذلك سطوحه. وهناك مستقبلات حسية خاصة تُدعى مُستقبلات الأدوية (أو الألم) Nociceptors تُشاهد في بعض المناطق في النسيج المحيطي؛ وتتفعل هذه المستقبلات

بفعل الضرر النسيجي المُدرَك أو الفعلي؛ فالمنبّهات المؤلمة للحلد أو النسيج تحت الجلد أو العضل تُفعل أو تنشط عدّة أصناف من مُستقبّلات الأذية، أو النهايات المحيطيّة لألياف مُستقبّلات الأذية التي تتوضّع أجسامها الخلويّة في عقد الجنور الظهرية Dorsal root ganglia. وتنتهي الألياف العصبيّة الواردة من مُستقبّلات الأذية Nociceptive afferent nerve fibers على عصبونات في القرن الظهري (الخلفي) للنخاع الشوكي؛ وتُنقل معلومات مُستقبّلات الأذية من النخاع الشوكي إلى المهاد وقشرة المخ على طول خمسة سُبُل صاعدة.

وتوسّط نواقل عصبيّة كيميائيّة Chemical neurotransmitters النقل العصبي المُشبكي Synaptic transmission بين مُستقبّلات الأذية وعصبونات القرن الظهري؛ وتشتمل بعض هذه النواقل العصبيّة التي تحرّر من النهايات العصبيّة الحسيّة على: الببتيدات العصبيّة Neuropeptides والغلوتامات Glutamate والسيروتونين Serotonin والبراديكينين Bradykinin والهستامين Histamine والبروستاغلاندينات Prostaglandins واللوكوترينات Leukotrienes وال ترييتوفان Tryptophane والمادّة P Substance. وتستجيب العصبونات Neurons في عدّة مناطق من قشرة المخ بشكل انتقائي لمُدخول مُستقبّلات الأذية Nociceptive input؛ ويتوضّع بعض هذه العصبونات في القشرة الحسيّة الجسديّة Somatosensory cortex. وتستطيع الوسائط الكيميائيّة Chemical mediators أن تُحسّس مُستقبّلات الأذية وتُفعلها؛ فأذية النسيج تطلق البراديكينين والبروستاغلاندينات اللذين يفعّلان مُستقبّلات الأذية؛ ويقودُ تفعيل هذه المستقبلات بدوره إلى تحرّر المادّة P التي تؤثر في الخلايا البدنيّة Mast cells بجوار النهايات العصبيّة الحسيّة، ممّا يسبّب انطلاق الهستامينات ووسائط الجهاز المناعي الأخرى.

تُعالج المعلومات الحسيّة في الجهاز العصبي المركزي على مراحل، في نوى التّرحيل التّابعي Sequential relay nuclei في النخاع الشوكي وجذع الدماغ والمهاد وقشرة المخ.

يتكوّن نصف الكرة الدماغية (المخية) من قشرة المخ Cerebral cortex والعقد القاعدية Basal ganglia والحُصين Hippocampus واللوزة Amygdala. وتساعد

العُقْدُ القاعدِيَّة على تنظيم الأنشطة الحركِيَّة والحسِّيَّة، بينما يشارك الحُصَيْنُ في تخزين الذاكرة، أمَّا اللوزة فتساهم في تنسيق الاستجابات المستقلة (الأوتونومية) Autonomic والصَّمَاوِيَّة Endocrine على مستويات مختلفة، بما في ذلك المستوى الانفعالي. ويمكن تقسيم قشرة المخ أيضاً إلى ثلاث باحات أو مناطق بحسب وظائفها:

1. القشرة الحسِّيَّة *Sensory cortex*، وهي تتلقَّى رسائل من أعضاء الحواسِّ *sense organs* (العينين، الأنف، الأذنين، اللسان، الأنامل باللمس)، فضلاً عن رسائل الضغط والألم ودرجة الحرارة.

2. القشرة التَّرابُطِيَّة *Association cortex*، وهي تحلِّل وتعالج وتخزِّن المعلومات عن جميع المنبِّهات الداخليَّة والخارجِيَّة التي تردُّ من أعضاء الحواسِّ؛ ونظراً لهذه القدرة الوظيفيَّة المتفرَّدة في القشرة التَّرابُطِيَّة، يكون الإنسان قادراً على إظهار قدراته الفكرِيَّة العليا، مثل التفكير والتحدُّث وتخزين المعلومات عن كلِّ شيء يحصل من حوله واسترجاعها وتصحيحها واستعادتها.

3. القشرة الحركِيَّة *Motor cortex*، وهي ترسلُ الاستجابات إلى الجهاز العصبي المحيطي عبر الأعصاب النخاعيَّة (الشوكية) عن المنبِّهات التي تردُّ من أعضاء الحواسِّ؛ كما تتحكَّم بحركات جميع العضلات الهيكلِيَّة.

آليَّة التواصل

يحصلُ الجهازُ العصبي على المعلومات الحسِّيَّة من المحيط، ويقومُ بتقييم أهميَّتها، ويعطي الاستجابات الملائمة؛ ويقومُ الجهازُ العصبي المحيطي بترحيل المعلومات إلى الجهاز العصبي المركزي عبر الأعصاب الواردة *Afferent nerves*؛ وعندما تتولَّد الاستجاباتُ في الدماغ، تعودُ بها الأعصابُ الصادرة *Efferent nerves* إلى النُّخاع الشوكي، ثُمَّ إلى الجهاز العصبي المحيطي. ويحملُ المحوَرُ *Axon* الدَّفْعَات (الإشارات) العصبيَّة *Nerve impulses* من جسم الخلية إلى عصبونات أخرى؛ وتتلقَّفُ التَغصُّناتُ *Dendrites* هذه الدفَّعات من محوَر العصبونات الأخرى، وتنقلها إلى جسم الخلية؛ ويُدعى الموضع الذي ينقل عنده أيُّ فَرْعٍ من العصبون

الدفعة العصبية إلى فرع عصبون آخر باسم *Synapse* المشبك؛ وقد يشكّل أيُّ عصبونٍ مشابك مع آلاف الخلايا العصبية الأخرى.

وحدة نقل الإشارة

تمثّل الخلايا العصبية الوحدات الرئيسية لنقل الإشارة *Signaling units* في الجهاز العصبي؛ فالعصبون النموذجي يحوي أربع مناطق محدّدة مورفولوجياً (شكلياً): جسم الخلية والتغصّينات والمحاور والنّهائيات قبل المشبكية *Presynaptic terminals*. ويكون لكل من هذه المناطق دورٌ مميّز في توليد الإشارات وتواصلها بين الخلايا العصبية.

يحصل الجهاز العصبي على معلومات حسية من المحيط، ويقوم بتقييم أهميتها، ويولّد الاستجابات الملائمة؛ ويقوم الجهاز العصبي المحيطي بترحيل المعلومات إلى الجهاز العصبي المركزي عبر الأعصاب النخاعية (الشوكية) والعقد عندما تتولّد الأوامر في الدماغ؛ وتعودُ بها الأعصابُ نفسها إلى النخاع الشوكي وإلى الجهاز العصبي المحيطي.

عندما تجمعُ النهايات العصبية الحسية (من المخاطية الأنفية والرئة والفم والسييل الهضمي والجلد والأنامل "رؤوس الأصابع" ... إلخ) المعلومات عن مستضدٍّ ما قريب (مُستأرج)، تنقلُ هذه المعلومات عبر ألياف عصبية واردة إلى الدماغ (الوطاء *Hypothalamus* والأجزاء الترابطية في قشرة المخ)؛ ويقومُ الوطاءُ والأجزاء الترابطية في قشرة المخ بترحيل المعلومات عن قرب المُستأرج من بقية الجسم بواسطة الإشارات الكهربائية، وينبّهان الجسم بكامله. ويتيقظُ الجهاز المناعي للجسم، مع كل خلية عصبية، ليستدعي القوى الدفاعية؛ ونتيجة لذلك، تبدأ الاستجابة المناعية فوراً بتنبية اللمفاويات *Lymphocytes* لتنضج وتحوّل إلى خلايا بلازمية *Plasma cells*، وتنتج الخلايا البلازمية الأضداد (Antibodies *IgE* و *IgG* ... إلخ، مناسبة للحالة) حسب الحاجة للتعامل مع الحالة.

والمُستأرجاتُ مستضدّاتٌ صغيرة تحرّض عادةً استجابة الضدّ *IgE*؛ وتدخلُ هذه المستضدّاتُ الجسم بجرعاتٍ صغيرة جداً في العادة، وذلك بالانتشار عبر

السطوح المخاطية، ومن ثم تثير استجابة مناعية. ويرتبط الضد IgE النوعي المنتج استجابة للمستأرج بالمستقبلات العالية الألفة High-affinity receptor لهذا الضد على الخلايا البدنية والقعدات Basophils واليوزينيئات المنشطة Activated eosinophils، وقد يتضخم إنتاج IgE بفعل هذه الخلايا. ويتأثر الميل إلى فرط إنتاج IgE بعوامل وراثية وبيئية. وعندما يُنتج IgE استجابة للمستأرج، تحرض عودة التعرض له استجابة أرجية. ويثير المستأرج تفعيل الخلايا البدنية المرتبطة بالضد IgE في النسيج المكشوف، مما يؤدي إلى سلسلة من الاستجابات المميزة للأرجية.

ونفترض أن NAET تندخل هنا، وتوقف الاستجابة المناعية، مما يقود إلى عدم حدوث التفاعل الأرجي المتوقع؛ وليس ذلك وحسب، بل تكون المعالجة بحسب NAET قادرة على تغيير خواص المنبه السابق إلى منبه جديد مختلف الإشارة، ويتمثل ذلك بتنبيه الأعصاب الواردة والصادرة الخاصة ومستقبلات الأذية في عقد الجذور الظهرية عندما يكون جسم الشخص بتماس مع المستأرج؛ وتحمل المنبهات المتبدلة معلومات جديدة عن المستضد عبر المشابك إلى المناطق الملائمة من قشرة المخ. ويقوم الدماغ بدوره بترحيل استجابته الخاصة بهذه المعلومات الجديدة إلى كل خلية في الجسم؛ وبذلك، تتعطّل الاستجابة المناعية المنشطة سابقاً أو تُستبدل بإشارة مرحلة من جديد، وهكذا تتحوّل المادة الضارة المدركة سابقاً بكفاءة إلى مادة أخرى يراها الجهاز العصبي غير ضارة نسبياً. ولقد لوحظت هذه العملية في الكثير من المرضى، حيث يدون استجابة سريعة غير أرجية عندما يتعرضون من جديد للمادة السابقة المؤذية.

لقد أظهرت خبرتنا حتى هذا التاريخ أن مستويات الضدين IgE و IgG تستغرق شهوراً حتى تنخفض إلى مستويات متدنية عند إعادة الاختبارات على مستضدات نوعية، وهذا يشبه تماماً ما توصل إليه اختصاصيو الأرجيات التقليديون Traditional allergists، حيث لاحظوا أن الأشخاص الذين يفقدون التفاعلية Reactivity تجاه بعض المستأرجات التي سببت إيجابية في الدراسة المزودة التعمية والمضبوطة بالشواهد للتحدي بالطعام Double-Blind Placebo Controlled

Food Challenges (DBPCFC's) خلال الطفولة، سيستمرون في أن يكون عندهم إيجابية الاختبارات الجلدية لهذه المستأرجات زهاء ستين بعد أن أصبحت تلك الدراسة سلبية.

تشتمل NAET على كامل الدماغ وشبكته من الأعصاب، حيث تعيد برمجة الدماغ. تمنح الذاكرة الضارة السابقة فيما يتعلق بالمستأرج، وتطبع ذاكرة جديدة مفيدة مكانها.

الانفعالات (العواطف)

يعود تاريخ الاستقصاء النفسي للسلوك إلى بدايات العلم الغربي وإلى الفلسفة اليونانية الكلاسيكية؛ وقد أعيدت صياغة العديد من القضايا الأساسية في السلوك الاستقصائي المعاصر، لا سيما من ناحية الإدراك، لاحقاً في القرن السابع عشر، أولاً من قبل رينيه ديسكارتز Rene Descartes، ثم من قبل جون لوك John Locke. وفي منتصف القرن التاسع عشر، وضع تشارلز داروين Charles Darwin الأساس لدراسة الحيوانات كنماذج للأفعال البشرية والسلوك الإنساني بنشر ملاحظاته عن استمرار التّوَع في التطوُّر؛ وقد أدّى هذه الأسلوب إلى ظهور علم السلوك (عند الحيوانات) Ethology، وهو دراسة السلوك الحيواني في البيئة الطبيعية؛ ثم ظهور علم النفس التجريبي Experimental psychology، وهو دراسة السلوك الإنساني والحيواني في ظلّ شروط مضبوطة.

في الواقع، ومع نهاية القرن الثامن عشر، أُجريت المحاولة الأولى للجمع بين المفاهيم البيولوجية والنفسية في دراسة السلوك. وقد اقترح الطبيب والمشرّح العصبي الألماني، فرانز جوزيف غول Franz Joseph Gall ثلاث أفكار جديدة؛ فقد ارتأى أولاً أن السلوك كلّهُ ينبثق من الدماغ؛ وثانياً، دافع عن وجود منطقة معينة في قشرة المخ تتحكّم بوظائف نوعية؛ كما أكّد غول أن قشرة المخ لا تعمل كعضو مُفرد، إنّما تُقسّم إلى ما لا يقلّ عن 35 عضواً (حيث أُضيفت الأعضاء الأخرى لاحقاً)، ويوافق كلّ منها قدرة ذهنية معينة. وحتى أكثر أنماط السلوك البشري تجرّداً، مثل التسامح Generosity والتكتم Secretiveness والتدين Religiosity،

صُنِفَتْ لها مواضع في الدماغ. وثالثاً، اقترح غول أن مركز كل وظيفة عقلية ينمو مع الاستعمال، تماماً مثلما تنمو العضلة بالتمرين. وعندما ينمو كل مركز، يؤدي إلى تبارز الجزء المغطى له من الجمجمة، الأمر الذي يحدث نموذج حداث وحروف على الجمجمة، فيدل على مناطق الدماغ الأكثر نماءً. وقد سعى غول إلى توطيد أساس تشريحي لوصف الصفات الشخصية Character traits من خلال ربط شخصية الأفراد بحداث جماجمهم؛ وأصبح علم النفس الخاص به يُعرف باسم علم الفراسة Phrenology استناداً إلى توزع الحداث على ظاهر الرأس.

وفي أواخر عشرينات القرن التاسع عشر، أخضعت أفكار غول للتحليل التجريبي من قبل اختصاصي الفيزيولوجيا الفرنسي بيير فلورانس Pierre Flourens؛ فقد حاول فلورانس، من خلال الاستئصال المنهجي لمراكز غول الوظيفية من أدمغة حيوانات التجربة، عزل مساهمات كل عضو دماغي في السلوك. وقد استنتج من هذه التجارب أن هناك مناطق دماغية نوعية كانت مسؤولة عن أنماط معينة من السلوك، لكنه اقترح أن جميع المناطق الدماغية - لا سيما نصف الكرة الدماغية (المخية) - قادرة على القيام بكافة وظائف نصف الكرة الدماغية (المخية). ولذلك، سوف تؤثر إصابة منطقة معينة من نصف الكرة الدماغية في جميع الوظائف العليا بالتساوي.

وكتب فلورانس عام 1823: "تشغل جميع مظاهر الاستعداد الطيب والإرادة Willingness الموقع نفسه في هذا العضو (المخ Cerebrum)؛ ولذلك تمثل القدرة على الإدراك والفهم والاستعداد جوهرًا واحدًا فقط".

وتشتمل العواطف والانفعالات التي نمر بها عدة مناطق في الدماغ، فضلاً عن أعضاء الجسم الأخرى. ويمارس جزء من البنية الدماغية، يُدعى الجهاز الحوفي Limbic system، دوراً مركزياً في توليد الانفعالات؛ ويتكوّن هذا الجهاز من أجزاء من الفص الصدغي Temporal lobe والوطاء والمهاد. وقد يُثار الانفعال برسالة من عضو حسي أو بفكرة في قشرة المخ؛ وفي كلتا الحالتين، تُنتج إشارات أو دَفَعَات عصبية وتصل الجهاز الحوفي؛ وتقوم هذه الإشارات بتنبية مناطق مختلفة من الجهاز حسب نوع الرسالة الحسية أو الفكرة؛ فمثلاً، قد تفعل

الإشاراتُ أجزاءَ الجهازِ الحوفي التي تُنتج مشاعرَ سارّةٍ تساهم في بعض الانفعالات، مثل الابتهاج والحب. ويمكن أن نشعرَ بالإثارة والنشاط بسهولة من خلال الإشارات التي تفعّل أجزاءَ الجهازِ الحوفي التي ترتقي بأرواحنا وتولّد مشاعر الانسجام والعافية؛ ونحن نمتلك هذه اللحظات الغامرة من الأفكار الحاملة. ومن جهة أخرى، يمكن أن تؤدّي الإشارات التي تنبّه المشاعرَ الحزينة التي ترافق الغضب والخوف إلى نتائج سلبية.

لا يزالُ فهمُ العُلَماءِ بسيطاً للعمليات المعقّدة للغاية التي تكتنف التفكير والتذكّر؛ كما أنّ تفسيرَ كثير من هذه الناحية من التفكير لا يزال بعيداً عنا.

أساسيّات طرائق إزالة الحساسية بحسب نامبودريباد

لا تُناسبُ الأطروحةُ الشاملة عن الكيمياء الحيوية Biochemistry الغرضَ من المدخل إلى هذه الطريقة الجديدة لمعالجة الناس الذين يعانون من الحساسية أو الأرجية Allergy؛ بل سوف تركزُ هذه المناقشةُ على العناصر الأساسية في هذه الطريقة من المعالجة، وتعطي بعضَ الأمل في الحياة لدى النَّاس الذين تساعدُهم؛ وهي ليست تكنولوجيا جديدة، بل هي تُولِفةٌ من المعرفة والطرائق التي تستعمل الكثير مما نعرفه حالياً عن المُعالِجة الإِخْلَافِيَّة Allopathic (المَعْرِفة الطَّبِيَّة الغربيّة) والمُعالِجة اليَدَوِيَّة (مَذْهَبٌ فِي المُعالِجة) Chiropractic وعلم الحركة Kinesiology والوَخْز بالإبر Acupuncture (المعرفة الطَّبِيَّة الشرقيّة) والتغذية. وكلُّ منهجٍ أدرسه يعطي كماً من المعرفة التي أستمعُها في تطوير هذا النمط الجديد من معالجة إزالة الحساسية أو الأرجية Allergy elimination treatment. وليس هناك طريقة ناجحة معروفة في معالجة التحسُّس أو الأرجية للأطعمة اعتماداً على الطبِّ الغربي باستثناء التجنُّب Avoidance، مما يعني الحرمان وخيِّة الأمل.

لقد أُوْجِدَتْ هذه الطريقة الجديدة في إزالة الحساسية للتعرُّف إلى كثير من المواد ومعالجة تفاعلاتها، بما في ذلك الطعام والمواد الكيميائية والمستأرجات البيئية Environmental allergens واضطرابات التَّوَازن العاطفي Emotional imbalances الناجمة عن أنماط الحساسية.

وعلى مدى عدة سنين طويلة من البحث، وبعد عدد من التجارب والأخطاء، أوجدت هذه المشاركة من المعالجات المزيلة للحساسية لتخلص من عوائق الطاقة (الأرجيات) Energy blockages (allergies) بشكل دائم، وللعودة بالجسم إلى حالته الصحية. وتُدعى طرائق التخلص من عوائق الطاقة معاً طرائق إزالة الحساسية بحسب نامبودرياد Nambudripad's Allergy Elimination Techniques, (NAET).

المُعَالَجَةُ الْإِخْلَافِيَّةُ⁽¹⁾ والعظمُ الغربي

إن معرفة الدماغ والأعصاب القحفية والأعصاب النخاعية (الشوكية) والجهاز العصبي المستقل Autonomic nervous system استناداً إلى الطب الغربي أضاءت لنا الطريق نحو شبكة التواصل المتعددة المستويات والفعالة في الجسم؛ فمن خلال هذه الشبكة من الأعصاب تحول الطاقة الحيويّة في الجسم حاملة رسائل سلبية وإيجابية من كل خلية إلى الدماغ، ثم تعود أدراجها إلى الخلايا. وتساعدنا المعرفة حول الجهاز العصبي ومنشأه ومساره وأعضائه ونسجه التي تستفيد من إمداده بالطاقة العصبية (الأعضاء والنسج المستهدفة) ووجهته على فهم توزع طاقة الأعصاب النخاعية (الشوكية)، وأهمية عقد الجذور البطنية والظهرية؛ فإذا ما وصل إمداد الطاقة إلى كافة الأعضاء والنسج المقصودة عبر الألياف العصبية الطويلة، تبقى جميعها بحالة صحية وعافية؛ أما إذا نقص توزع الطاقة أو توقف في عصب نخاعي (شوكي) أو أكثر، عندها تنقص وظيفة الأعضاء والنسج المعنية أو تتوقف جزئياً أو كلياً. ومن خلال تقييم حالة الأعضاء والنسج المستهدفة Target، يمكن اكتشاف التغيرات في توزع الطاقة بواسطة العصب النخاعي (الشوكي) (تشرح غراي Gray's Anatomy ومبادئ علم الأعصاب، الطبعة الرابعة).

علم الحركة

علم الحركة Kinesiology هو الفن والعلم اللذان يدرسان حركة جسم الإنسان، ويُستعمل في طرائق إزالة الحساسية أو الأرجية بحسب نامبودرياد

(1) المُعَالَجَةُ الْإِخْلَافِيَّةُ: إحداث حالة لدى العليل تُضاد المرض.

للمقارنة بين قوّة وضعف أية عضلة في الجسم بوجود أو غياب أية مادة؛ كما يدعى أيضاً اختبارات استجابة العضلات Muscle Response Testing لكشف الأرجيات (حالات التحسّس).

ويُفترض أنّ الضعف المقيس في عضلة معيّنة ناجم عن تولّد اضطراب في الطاقة Energy disturbance في طريق العَصَب النخاعي الذي يعصّب العضلة الضعيفة الموافقة، وذلك عندما يقترب عنصر أو مادة نوعيّة من حَقْل طاقته Energy field. ويدعى أيّ عنصر قادر على إحداث اضطراب في الطاقة في أيّ طريق عصب نخاعي بالمُسْتَأْرَج Allergen (مسبّب التحسّس أو الأرجيّة)؛ ويمكن اكتشاف المُسْتَأْرَجَات من خلال طريقة الاختبارات الحركية البسيطة هذه، كما يمكن التعرفُ إلى الأعصاب النخاعية المضطربة ومساراتها العصبية، فضلاً عن اكتشاف الأعضاء والنسج المستهدفة وأجزاء الجسم الأخرى.

الدراسةُ الرّائدةُ

لقد دُعِمَت الاختباراتُ العضليّةُ لاكتشاف الأرجيّات من قِبَل الدِّرَاسَةِ الرّائدة التي أجراها ولتر هـ. شMITT، Jr. WALTER H. SCHMITT، الابن وغري ليزمان GERRY LEISMAN "مختبرات علم الأعصاب التطبيقي Applied Neuro-science Laboratories" في الولايات المتحدة الأميركيّة وكلية يهودا والسّامرة College of Judea and Samaria بعنوان "علاقة مَوْجُودَات الاختبارات العضليّة لعلم الحركة التطبيقي مع مستويات الغلوبولينات المناعيّة في التحسّس للطعام Correlation Of Applied Kinesiology Muscle Testing Findings With Serum Immunoglobulin Levels For Food Allergy" في آب/أغسطس 1998.

لقد حَاوَلَت هذه الدراسةُ الرّائدة تحديدَ ما إذا كانت الاختباراتُ العضليّةُ الشّخصيّةُ Subjective muscle testing التي يستعملها ممارسو علم الحركة التّطبيقي تستطيع التعرفُ مُسَبِّقاً إلى الأفراد الذين لديهم استجابات تحسّسية أو أرجيّة مُفَرِّطَة نوعيّة. وقد وُجِدَ أنّ 17 شخصاً كانوا إيجابيين في هذه الاختبارات،

تُما يدلُّ على تفاعل فرط تحسُّسٍ للطعام (أرجية). وقد أظهرَ كلُّ شخصٍ تفاعلاتٍ مضعفةً للعضلات (مُتَبَطَّة) *Muscle weakening (inhibition) reactions* في اختبارات التحرش أو التحريض الفمويَّة *Oral provocative testing* لواحد أو اثنين من الأطعمة ضمن 21 تفاعلاً طعامياً إيجابياً كعدد إجمالي. وقد أُجريت اختبارات تفاعل فرط التحسُّس للمصل باستعمال كلِّ من اختبار المُتَتَرِّ الأُرْجِيَّ الإشعاعي *Radio-allergosorbent test (RAST)* واختبار المعقدات المناعيَّة *Immune complex test* للغلوبيولين المناعيَّين IgE و IgG تجاه جميع الأطعمة البالغة 21 طعاماً والتي كان اختبارها إيجابياً في إجراءات التحريِّ العضلي بعلم الحركة التطبيقي *Applied Kinesiological muscle screening procedures*. وقد أثبتت الاختبارات المصلية 19 أرجية طعامية من بين 21 (90.5%) مشبوهة (مشتبهاً بها) اعتماداً على إجراءات التحريِّ العضلي بعلم الحركة التطبيقي. لقد قدَّمت هذه الدراسة الرائدة الأساس لمزيد من الفحص كوسيلة للتكهن بالاستعمال السريري لمادَّة معيَّنة عند مريض معيَّن، وذلك استناداً إلى نماذج الاستجابة العصبية العضلية التي يديها المريض، ويمثل ذلك توسُّعاً في مفهوم عمليَّة الفحص العصبي المعياري.

المُعَالَجَةُ اليَدَوِيَّةُ

تُساعدنا طريقة المُعالِجَةِ اليَدَوِيَّة *Chiropractic technique* على كشف اضطراب توازن الطاقة العصبية في مسلك أو سبيل معيَّن من مسالك الطاقة العصبية من خلال إيجاد وعزْل الجذر العصبي الدقيق المُقْرُوص. كما يساعدنا المستوى الفقري الدقيق في علاقته مع الجذر العصبي التُّخاعي المُقْرُوص على تعقُّب المسار والوجهة والأعضاء المُستهدفة لذلك المسلك الخاص من الطاقة.

الوَخْزُ بِالْإِبْر (الطَبُّ الشَّرْقِي)

تَدُلُّ نظريَّةُ يِن - يَانغ *Yin-Yang theory* في مبادئ الطبِّ الشرقي أيضاً على أهمية المحافظة على الإِسْتِثْبَاب *Homeostasis* في الجسم؛ فاستناداً إلى مبادئ

الطبّ الشرقي، عندما يتوازن ين - يانغ في الجسم (أي حالة التّوازن التام بين جميع الطاقات والوظائف)، لا يكون حدوث المرض ممكناً؛ وأي اضطراب في الاستتباب يمكن أن يسبب المرض.

التَّغْذِيَةُ

إنّ ما تأكله يحدّد من أنت! فالسرّ في الصّحّة الجيدة يتحقّق من خلال التغذية Nutrition الصحيحة؛ فما هي التغذية الصحيحة؟ وكيف تحصل عليها؟ عندما تستطيع أن تأكل طعاماً مغذياً من دون انزعاج، وأن تتمثّل المغذّيات Nutrients من دون تطبّل (نفخة) Bloating، عندها يُقال إن طعامك صحي؛ أمّا عندما تُصاب بعسر الهضم Indigestion والتطبّل (النفخة) والمشاكل الهضمية الأخرى وقت تناول طعام معيّن أو بعده، فإنّ هذا الطّعام لن يساعدك على القيام بالوظيفة بشكل صحيح؛ فإذا أدّى الطّعام إلى واحد أو أكثر من هذه الأعراض عند الهضم، فهو ليس بالتغذية الصحيحة لك، بصرف النظر عن كونه طبيعياً أو باهظ الثمن أو ذا جودة عالية؛ والسبب في ذلك هو التحسّس لهذا الطّعام (الأرجية الطعامية). ويتفاعل الناس على اختلاف مشاربهم بشكل مختلف للأطعمة بأنواعها، ولذلك من المهم جداً إزالة الحساسية تجاه المغذّيات. ويستطيع الناس المتحسّسون تحمّل الأطعمة الفقيرة بالمغذّيات بشكل أفضل من الأطعمة المليئة بها. وينبغي - بعد إزالة التحسّس - أن تحاول تناول أطعمة مغذية أكثر، وأن تتجنّب قبل ذلك الأطعمة المكرّرة الخالية من المغذّيات.

يمكن أن يتناول الكثير من الأشخاص الذين يشعرون بالانزعاج، نتيجة الحساسية الطعامية غير المشخّصة، الفيتامينات أو المكملّات Supplements الأخرى لزيادة حيويّتهم؛ وهذا ما يجعلهم يشعرون فعلاً بالانزعاج إذا حدثت حساسية لهذه المغذّيات أيضاً. ولا يمكن أن تتمثّل أجسامهم هذه المغذّيات بشكل صحيح إلا بعد التخلّص من الحساسية. ولذلك ينبغي القيام بالتقييم التغذوي بشكل دوري، وتناول المكملّات المناسبة عند الحاجة للحصول على نتائج جيدة.

حالات عدم التوافق/اضطرابات التوازن

تُعَدُّ دراسة وظائف الجهاز العصبي عملية مستمرة؛ فعلماء الغرب لم يجدوا بُعد جميع الأجوبة التي تغطّي الكمّ الهائل من الأنشطة الحاصلة في أدمغتنا وأجسامنا يومياً، بينما استقصى رُوّاد الطبّ الشرقي منذ آلاف السنين أجهزة الجسم ووظائفه اعتماداً على نظرية خطوط الطول Meridian theory؛ وتفسّر هذه النظرية آليات عوائق الطاقة Energy blockages في خطوط طول الطاقة، وكيف تسبّب هذه العوائق اضطرابات التوازن الوظيفية Functional imbalances وحالات عدم التوافق Incompatibilities في جسم الإنسان؛ وبتراكم تأثير اضطرابات التوازن وحالات عدم التوافق يحصل المرض في نهاية المطاف. كما أوضحوا أنّه يمكن الشفاء من الأمراض واستعادة الصحة من خلال إزالة عوائق الطاقة من مسالك الطاقة Energy pathways.

ليس من السهل وصّفُ نظريّات خطوط الطول باستعمال المصطلحات الغربية؛ ويلخص الفصل العاشر مفهوم خطوط الطول.

هُنَاكَ اضطرابات في توازن الطاقة على مستوى الأنشطة اليومية، مثل الأكل والهضم والنوم والتمارين. كما أنّ هناك اضطرابات في توازن الطاقة على مستوى علاقاتنا، مثل عدم الانسجام بين الوالدين والأشقاء والأزواج والأصدقاء. فأنت تعاني من ذلك في أنشطتك اليومية كالإنفاق والشراء والتوفير والعمل من دون راحة والدراسة من دون استراحة والسفر في الليل والنهار... إلخ؛ فكل واحد من هذه الأنشطة يؤثر في توازن الين يانغ Yin-Yang balance، وقد يؤدي إلى عدم الانسجام في حياتك. ولذلك، سنتصدّى في هذا الكتاب للأرجييات أو حالات التحسّس، والتي تمثّل اضطراباً في توازن الوظائف من كافّة الأنماط، وهي تنشأ عن عدم توافق طاقات الطعام أو المواد أو الأشخاص أو الأفكار أو السلوك.

بعض الأسباب المحتملة لاضطرابات التوازن في الصحة

■ قَرُط الأكل: أي الأكل غير الرّشيد للأطعمة الغنيّة والدسمة؛ فنحن نعلم اليوم أنّ التحسّس للدهون والسكر يؤدي إلى الإدمان على مثل هذه الأطعمة.

■ **سوء الهضم:** يمكن أن ينشأ عن عدم الانسجام بين الطعام والعصارات الهاضمة.

■ **النوم:** قد يكون لدى الشخص الرغبة بالنوم 18 ساعة في اليوم مثلاً، وقد يكون ذلك ناجماً عن اضطراب التوازن في وظائف الأعضاء الداخلية، مما يسبب تباطؤاً في عدد من مسالك الطاقة. وعند وجود نقص في الطاقة المتوفرة في الجسم، يسعى الدماغ إلى حفظ الطاقة للوظائف الأكثر أهمية في الجسم؛ فالنوم لا يحتاج إلا إلى طاقة قليلة؛ وعندما ينام الشخص، يستطيع الجسم استعمال الطاقة المتوفرة للوظائف الأخرى مثل الهضم وغيره. وقد يكون عدم الانسجام في الأعضاء الداخلية ناجماً عن نقص امتصاص المغذيات الحيوية من الطعام بسبب التحسس للمغذيات التي يفترض أنها تنظم وظائف الأعضاء الداخلية (الأحشاء).

■ **التمارين:** يستمر بعض الناس في تمارينهم الهوائية لعدة ساعات في اليوم. ويمكن أن يزيد التمرين جريان الدم والطاقة. وعندما يتحسن جريان الدم والطاقة، تُزال بعض عوائق الطاقة من مسالكها. وعندما يكون لدى الشخص الكثير من عوائق الطاقة، يدفعه الدماغ إلى القيام بالمزيد من التمارين لعدة ساعات على أمل التمكن من إزالة عوائق الطاقة من مسالكها.

■ **اضطراب توازن الطاقة في العلاقات:** يتجلى ذلك في تعرض الأزواج أو الأشقاء أو الأطفال للاضطهاد اللفظي أو النفسي أو الجسدي.

■ **اضطرابات التوازن في الأنشطة اليومية:** يتجلى ذلك في إنفاق المال خلال الأيام الأولى من الحصول عليه، أو إنفاق قسم صغير منه فقط وإيداع الباقي في البنك والعيش في حالة من الفقر بقية الوقت.

تُظهر هذه الأمثلة اضطرابات التوازن الناجمة عن عدم الانسجام؛ فبسبب تبدل الروايز الوراثية Genetic codes نتيجة التحسس، تبقى المستقبلات العصبية Nerve receptors التي تعطي الطاقة لبعض الأعضاء هاجعة وغير قادرة على نقل الرسائل من النخاع الشوكي وإليه؛ وتصبح هذه المستقبلات الهاجعة في بعض الحالات ناقصة التحسس (حالات تحسس أو أرجيآت خفية Hidden allergies)

تجاه بعض العناصر، في حين تصبح عند أشخاص آخرين مُفْرِطَةً التحسُّس (حالات تحسُّس أو أَرَجِيَّات فعَّالة *Active allergies*). ولا يقوم أيُّ من هذين النمطين بوظيفته بشكل طبيعي. ويمكن اختبار كلا النمطين عن طريق اختبارات الاستجابة العضليَّة. ولا تستطيع معظم اختبارات التحسُّس الطبية المعيارية الأخرى المتوفرة اليوم أن تكتشف حالات التحسُّس الخفية بصورة ناجحة.

لقد طُوِّرت في عام 1983 طرائق إزالة التحسُّس أو الأَرَجِيَّة بحسب نامبودرياد لاكتشاف مثل هذه الألياف العصبية الحسية الهاجعة وإيقاظها بنجاح، حيث تكون هذه الألياف مُجَبَّرَةً على البقاء هاجعة بفعل أشكال متعدِّدة من التحسُّس في بيئة الشخص التي يعيش فيها، ثم استعادة وظائفها السويَّة ونسجها وأعضائها المستهدفة والتي تعتمد على سلامتها للقيام بوظائفها الطبيعيَّة في الجسم. في زمن التكنولوجيا الرقيَّة، تزداد باطراد أعداد المواد التي قد تكون مُحسَّسة، لأننا نعلم بدقة ماذا يعني أن تعيش بشكل جيِّد في عصر الكيمياء.

تُدعى المادة القادرة على إحداث تفاعل تحسُّسي بالمُسْتَأْرَج Allergen، وقد تختلف من شخص لآخر؛ فمعظم الناس مثلاً يتحسَّسون للبلوط السَّام Poison oak أو للسَّمَّاق السَّام Poison ivy؛ وللسبب نفسه يجد معظم الناس أن الزهور لا تعني أكثر من الجمال والعُطر. من دون أن يعلموا ماذا تحتوي، فقد يحدث تفاعل تحسُّسي أو أَرَجِي Allergic reaction عند شخص ما بسبب وجود مُسْتَأْرَج فيها. لا بدَّ من المزيد من الإيضاح لفهم التغيُّرات التي تحدث بالفعل في الجسم عندما تحصل التظاهرة التحسُّسية (الأَرَجِيَّة) Allergic manifestation؛ فالتحسُّس هو استجابة غير مألوفة أو مُبَالِغ فيها تجاه بعض المواد. ويُعتَقَد أنَّها استجابة نوعية تفاقمت بشكل غير طبيعي.

فمثلاً عندما يحصل التهاب في العين، يكون ذلك محاولة من جزء من العين للتخلُّص من مادة مهيِّجة ما؛ وعندما يبدأ الأنف بالسيلان ويبدأ المصابُ بحمى الكلا Hay fever بالعُطاس، فإنَّ ذلك يكون محاولة من الأنف للتخلُّص من بعض المهيجات Irritants (مثل غبار الطلع). وعندما يحدث الشَّرَى العملاق Giant hives، يظهر سائل مائي في النسيج بهدف شطف مادة ما مسبِّبة للاضطراب. أمَّا عندما

يحدث الربو، فإنَّ القصبات الهوائية تتقلَّص في محاولةٍ للوقاية من دخول المهيج عميقاً في الرئتين.

يجري التحكمُ بهذه التفاعلات من خلال الجهاز العصبي المستقل Autonomic nervous system والذي يتكوَّن من الأعصابُ الوديَّة Sympathetic واللاوديَّة Parasympathetic؛ فهذا الجهازُ يتحكَّم ببعض الأعضاء، مثل الغُدَّة الدمعيَّة Lachrymal glands التي تفرز الدموعَ والغُدَّة اللعابية Salivary glands التي تفرز اللُّعابَ والأعضاء التنفُّسية وجهاز الهضم والقلب، فهذه العملياتُ تخضع لتحكُّم جهازين من الأعصاب يعملان بشكل مُتعاكس أو مُتناهض مع بعضهما البعض؛ فالأعصابُ الوديَّة تؤدِّي إلى ارتخاء العضلات، بينما تسبِّب الأعصابُ اللاودية تقلُّص العضلات. وعندما يعمل الجهازان بشكل صحيح لا نكون مُدركين لهذه العمليات؛ أما عندما يسيطر أحدهما على الآخر، فعندها تحصل أشياء معيَّنة في الجسم تجعلنا مُدركين لوجودهما.

فعندما نكون خائفين أو غاضبين مثلاً، تفرز الغُدَّتَان الكُظريَّتان Adrenal glands المزيد من الأدرينالين Adrenaline في الدَّم، ممَّا يؤدِّي إلى تنبيه نشاط بعض أعضاء الجسم ونسجه، فيعمل القلبُ بشكل أسرع ويحصل التعرُّق أكثرَ ويَسْتَنفِر الجسمُ كافَّةً قواه الدفاعية لضمان الحماية وحفظ الجسم من أي أذى محتمل، أي تحضير الجسم للدفاع أو الهرب.

واستناداً إلى المبادئ الطَّبيَّة الشرقيَّة، تعبِّر هذه الحالة عن "الجريان الحرَّ للطاقة" في مسالكها؛ فالجريان الحرَّ للطاقة يضمن توازناً تاماً للجسم. وعندما يكون الجسمُ في حالة تَوازُن تام، وتكون الأعصابُ الوديَّة تحت السَّيطرة، يُسْتَبَعْدُ احتمالُ التفاعلات التحسُّسية (الأرجيَّة). وفي الواقع، لا تظهر هذه الأعراضُ عند الذين يعانون من أعراض تحسُّسية شديدة - كالربو مثلاً - عندما يكونون بحالة خوف أو غضب شديد أو عندما يشتدُّ نشاط الجهاز العصبي الودي. ومن المعروف جيِّداً أنَّ مرضى الربو - حتَّى المزمَن - لا يكون لديهم أعراض أبداً في ساحة المعركة. ومن خلال هذه المعرفة تشكَّل أساسُ حكمتنا المعاصرة واستعمالنا للأدرينالين كدواءٍ لمعالجة مرضى التحسُّس.

تعملُ الأعصابُ اللاوَدِيَّةُ بالطريقة المعاكسة. فهي تقلُّص العضلات بدلاً من أن تُرخيها، كما أنها تؤدِّي إلى ارتخاء الحيوية ونقص التيقُّظ في جزءٍ من بعض الأعضاء، مثل الأوعية الدموية، فتصبح أكثر نفوذِيَّةً عندما تكون هذه الأعصابُ تحت السيطرة. وحينما يحصل الربو، تتقلُّص القصباتُ الهوائية ويُمنع الهواءُ من الهروب، مثلما ينبغي ويحصل في التنفُّس الطبيعي. وعندما يحصل الشَّرَى العملاق، يكون ذلك بسبب زوال التحكم الصحيح بالأوعية الدموية، حيث تصبح أكثر نفوذِيَّةً مما يسمح بهروب السوائل إلى النسيج.

يعدُّ المرضُ إنذاراً يعطيه الدماغُ إلى بقية جسم الكائن الحي فيما يتعلَّق باضطرابات الطاقة Energy disturbances ضمن قنواتها في الجسم؛ فمن خلال المرض والألم والالتهاب والحمى والنوبات القلبيَّة والسَّكتات والنمو الشاذ والأورام ومختلف الملامح المزعجة، يعطي الدماغُ للجسم إشارات فيما يتعلَّق بالأخطار المحتملة فيما إذا سُمِحَ لاضطرابات الطاقة أن تستمرَّ ضمن القنوات؛ فإذا كانت الأعراضُ بسيطةً، تكون الاضطراباتُ بسيطةً، أمَّا إذا كانت الأعراضُ شديدةً فتكون الاضطراباتُ شديدة. ويمكن التخلصُ من الاضطرابات البسيطة بسهولة، في حين تستغرق الاضطراباتُ وقتاً طويلاً حتى تُشْفَى.

يدير الدماغُ من خلال 31 زوجاً من الأعصاب النخاعية أفضل شبكة تَوَاصُل معروفة حتى الآن. وتحصل اضطراباتُ الطاقة في جسم الشخص بسبب التماس مع الطاقة الضَّارَّة للمواد الأخرى؛ فعندما تتقارب طاقتان ضارَّتان يحدث تنافرٌ، في حين يحدث تَجاذبٌ عندما تتقارب طاقتان متوافقتان.

يمكن أن يحصل تَدافُع أو تَنافر Repulsion الطَّاقة بين كائنين حَيَّين؛ مثل شخصين (الأب والابن، الطَّبيب والمريض... إلخ) أو شقيقين أو زوجين أو صديقين أو شخص ومجموعة أو حيوان وإنسان... إلخ. كما أن التنافرَ يمكن أن يحدث بين كائنين حي وجسم غير حي (إنسان وأنسجة أو طعام)، أو كائنين حي وطاقات مواد مختلفة (مواد كيميائيَّة، مواد العمل، أنماط مختلفة من الإشعاع من التلفزيون أو المِكروويف أو الرَّاديو "المذياع" أو الشَّمْس... إلخ). وقد يحصل ذلك أيضاً في كائن حي وأفعاله أو تفاعلاته (شخص وعواطفه المضطربة).

عندما تُحاولُ طاقةُ الشَّخصِ مقاومةَ طاقاتٍ أخرى معاكسة (ضارة) في محيطه أو يئته في الوقتِ نفسه، تصبح طاقةُ الشَّخصِ أضعفَ تجاه جميع الطاقات الأخرى. ويؤدي الإخفاقُ في التغلب على هجمة الطاقات المعاكسة إلى تشكيل مَسالك الطاقة في الجسم المُضعف لعوائق تجاه جميع الطاقات المعاكسة حوله. ونتيجة لذلك، عندما تقترب طاقة معاكسة، تنقلص مسالك الطاقة وتُسَدُّ. وعندما يكون مثلُ هذا الشَّخصِ محاطاً بطاقات معاكسة كثيرة طوال الوقت، تبقى مَسالك الطاقة لديه مسدودة طوال الوقت أيضاً. ويؤدي الانسدادُ المستمر لمسالك الطاقة إلى اضطراب وظيفة الجسم؛ وقد تكون الأعراضُ الناجمة عن هذا الانسداد شديدة.

يمكن أن تزيل طرائق إزالة الحساسية (الأرجية) بحسب نامبودرياد NAET العوائق في مَسالك الطاقة، وتعيد الجريان السَّوي للطاقة عرَقَ قناتها؛ ويساعد هذا بدَوْرِهِ الدِّماغُ على العمل والتَّناسُق مع بقية الجسم لإدارة وظائف الجسم بشكل مناسب. ولكن عندما لا يكون الدِّماغُ متناسقاً مع الأعضاء الحيويَّة، تضطرب الوظائف الفيزيولوجيَّة.

- يؤدي سوء وظائف الأعضاء بسبب نقص جريان الطاقة إلى تراكم سام في:
 - شبكة الجهاز العصبي، ممَّا يسبب ضعف الذاكرة وتبلد الدِّماغ وتعبه والأرق وفرط النَّشاط والألم العصبي والغضب... إلخ؛ وجهاز التنفُّس، ممَّا يؤدي إلى ضيق التنفُّس والتهاب الحلق ومشاكل الجيوب والسُّعال والرُّبو والتهاب القصبات والالتهاب الرئوي... إلخ.
 - جهاز الدَّوران، ممَّا يؤدي إلى ارتفاع ضَغْط الدَّم وعدم انتظام ضربات القلب والتصلُّب العصيدي Atherosclerosis والدوالي الوريديَّة Varicose veins والشذوذات الوعائيَّة وآلام الصَّدر والشذوذات القلبية... إلخ.
 - جهاز الهضم، ممَّا يقود إلى نقص امتصاص المغذيات وعُسْر الهضم العام وزيادة الوزْن وارتفاع الكولستيرول وثلاثيَّات الغليسريد Triglycerides والدَّاء السَّكري ونقص سكر الدَّم وانتفاخ البَطْن (التَّطبُّل) وآلامه والتهاب القولون ومتلازمة هُيج الأمعاء Irritable bowel syndrome والقرحات والإمساك وتَطبُّل البَطْن Flatulence والتَّعب وأوجاع الجسم... إلخ.

- الجهاز البولي، ممَّا يسبِّب تراجع الوظيفة الكلويَّة والاضطرابات البوليَّة والتبول المتكرَّر والاحتباس المائي Water retention ... إلخ.
- الجهاز التَّناسُلي Reproductive system، ممَّا يقود إلى ضعف الوظائف الجنسيَّة والعقم عند الذكور والإناث ومشاكل البروستات والاثتِباد البِطاني الرَّحِمِي⁽¹⁾ Endometriosis والاضطرابات السَّابقة للحَيْض Premenstrual disorders واضطرابات سنِّ اليأس (الإياس) Menopausal disorders والأورام والكيسات واضطرابات التَّهائية أخرى مختلفة... إلخ.
- المفاصل والعضلات والأربطة، ممَّا يسبِّب أنماطاً مختلفة من الالتهاب المفصلي وتصلُّب الجلد Scleroderma والألم العضلي اللَّيفي Fibromyalgia وأوجاع العضلات والتشنُّجات والآلام والمشاكل المفصليَّة؛ والجلد، ممَّا يودِّي إلى الحكَّة والطفح والشَّرَى والإكزيمة والصدفيَّة Psoriasis والثآليل Warts والأحوال (ج. خال) Moles وخشونة الجلد... إلخ.
- الناحية أو الجانب الانفعالي Emotional area في كلِّ عضو حيوي، ممَّا يقود إلى اضطرابات في الأعضاء الحيويَّة المرافقة:
- ◆ **الرَّثمة** - الحُزن، الأسى، عدم التَّحمُّل Intolerance، نقص التَّقدير الذَّاتي Self-esteem.
- ◆ **المعدَّة** - الاشمُزاز، المرارة، التصرُّفات العدوانيَّة، اضطرابات نقص الانتباه Attention deficit disorders، الاكتئاب، العصبيَّة، الوسواس Obsession.
- ◆ **الطَّحال** - القلق، كثرة التَّفكير، الحَجَل، عدم القدرة على اتِّخاذ القرارات، التَّأدِّي بسهولة.
- ◆ **القلب** - الابتهاج، نقص الابتهاج، الثِّقة بالنَّفْس، الشَّققة، الذُّنب، العدوانيَّة، فَقْد الأمان.
- ◆ **الكبد** - الغضب، العدوانيَّة، تذبذب المزاج، الاكتئاب.
- ◆ **الكلية** - الخوف، الارتباك.

(1) وجود البطانة الرحميَّة في غير مكانها الطَّبِيعي، مع ما يسبِّبه ذلك من أعراض وآلام عند حدوث الحيض (م).

وعندما يُستَعَادُ الجريانُ في مسالك الطاقة، تستأنف الأعضاء الحيويّة عملها الروتيني مع مسؤولية كافية؛ ويقومُ كلُّ من الدِّماغ والجسم معاً بإزالة أي تراكم سُمِّي من خلال آليات الإفرار الطبيعيّة في الجسم Body's natural excretory mechanisms.

عندما تمتلئ قنّوات الطّاقة بطاقة اهتزازيّة Vibrant energy وبحول الطّاقة عبر القنّوات بحريّة، يُقال إنّ الجسم قد أصبح في توازن تام أو في حالة من الاستتباب Homeostasis. وحينما يكون الجسم في حالة الاستتباب، يمكن أن يعمل بشكل طبيعي، ولا تؤثر الأرجيات (الحالات التحسّسية) والأمراض فيه، وبذلك يستطيع امتصاص جميع المغذيات الضروريّة من الأطعمة التي يتناولها الشخص.

تحتاجُ قنّوات الطّاقة إلى الطّاقة لتقوم بوظيفتها بشكل طبيعي. وتنتج هذه الطّاقة من المغذيات المستهلكة، مثل الفيتامينات والمعادن والسّكاكر... إلخ. ويتولّد جاذب أو تنافر حقل الطّاقة الكهرومغنيسيّة (الكهرومغناطيسيّة) Electromagnetic energy field في الجسم من خلال التفاعل المتبادل (التأثر) Interaction لمختلف المغذيات المشحونة داخل الجسم. وتمثّل كلّ خلية وحدة مولّدة للكهرباء محمّلة بالبوتاسيوم المشحون بشحنة موجبة وبعض الصّوديوم؛ ويكون معظم الصّوديوم خارج الخلية؛ ويحافظ كلّ من الصّوديوم والبوتاسيوم على جريانهما داخل الخلية وخارجها بوجود الماء، وذلك بمساعدة مغذيات أخرى، مثل الروتينات والسّكاكر؛ وتجعل هذه الجزيئات المشحونة داخل الجسم كامل الجسم وحدة كهربيّة ذات حقل كهربائي حوله.

وعندما يُصاب الجسم باضطراب التّوازن، تظهر المظاهر الأرجيّة أو التّحسّسية؛ وهناك عددٌ من الأشياء يمكن أن يؤدّي إلى اضطراب التّوازن: حادث خطير، عمليّة كبيرة، مرض في الطفولة (السعال الديكي Whooping cough، الحمّاق Chicken pox... إلخ)، صدمة انفعاليّة Emotional shock (فقد أشخاص أعزّاء، فقد العمل أو الأملاك)، تحرّش في الطفولة Childhood molestation، خيانة، ضَرْب، ضحايا التمييز Cult victimization، انتهاك الطّفّل Child abuse... إلخ. وقد يكون المريض قد تعرّض مراراً مُستأرجات معيّنة مسببة لفرط التحسّس

خلال فترة قصيرة، وقد أهكّت أو استنفدت قواه الدفاعية بسبب فرط العمل (الإجهاد).

قد تكون الأعراض أكثر حدة في أوقات معينة من السنة، لا سيما عندما يؤدي غبار الطلع (الذي ينتشر أكثر خلال فصول معينة) إلى الأرجية أو التحسس؛ ويمكن أن تتفاقم الأعراض في مواقع معينة وفي ظل ظروف خاصة، كما في العطلة الكبيرة.

ومن خلال فهمك هذا، يمكنك أن ترى العلاقة بين مرضى المستشفيات والمشاكل الصحية الحادة والطعام الذي يتناولونه قبل أن يُصابوا بالمرض؛ فإحصائيات ضحايا النوبة القلبية Heart attack تُظهر أن الكثير من هذه النوبات تحصل بعد أو في أثناء الوجبات المتقنة Elaborate meals، كما في عيد الشكر وأعياد الميلاد وعيد رأس السنة الجديدة والأعراس... إلخ. وكان يُلقى باللوم في هذه الحوادث حتى فترة قريبة على المحرضات الانفعالية. والقليل من الأشخاص ربطوا النوبات القلبية بالتحسس للأطعمة (الأرجية للطعام).

ففي المناسبات العاطفية والانفعالية، قد يمضي الشخص المتحسس (الذي يعاني من الأرجية) إلى تناول "أكثر من لقمة" من أحد الأطعمة المتوفرة؛ فمع القسمة الأولى من الطعام المؤرّج (المثير للتحسس)، بدأ الدماغ بسد قنوات الطاقة محاولاً منع الطاقة الضارة للطعام من الدخول عميقاً في مسالك الطاقة؛ وحتى يُنجز ذلك، يستدعي الدماغ قواه الدفاعية للحماية. ومع القسمة الثانية، تبدأ بقية القوى الدفاعية بالعمل على حماية الجسم. وكلما زاد الطعام المؤرّج المتناول، زاد ضعف قوى الجسم الدفاعية.

عندما تصبح الأعصاب الودية واللاودية غير متناسقة أيضاً، تخفق المنطقة الأكثر انسداداً أو الأجزاء الأضعف من الجسم أولاً؛ فإذا ما كانت الرئتان هما المنطقة الأكثر انسداداً من الجسم، يمكن أن يحدث عند المريض نوبة ربوية Asthmatic attack؛ أمّا إذا كانت المعدة هي الأضعف، فقد يعاني المريض من ألم بطني حاد أو صداع شقيقة مرافق. كما أن التأثيرات المزمنة للعوائق المعدية يمكن أن تؤثر في الوظيفة الدماغية أيضاً؛ وقد يُؤدي المريض اضطرابات هوسية Manic disorders أو فصاماً Schizophrenia أو اضطرابات اكتئابية Depressive disorders... إلخ.

يمكن أن تُعاني من وَجَعٍ مَعَمٍّ في الجسم أو غثيان أو تعب شديد أو ألم عضلي ليفي... إلخ، إذا كان الطحال ضعيفاً؛ ومن عدم تحمّل السكر Sugar intolerance أو مشاكل الامتصاص (نقص سكر الدم أو الداء السكري) إذا كان البنكرياس مُصاباً. أمّا إذا كان الكبد ضعيفاً، فقد تعاني من السمية الكيميائية والتعب والاضطرابات الجلدية واضطرابات التوازن العاطفي والانفعالي والغضب وتذبذب المزاج والاكتئاب والأعراض السابقة للحيض. وأمّا إذا كانت كليتاكَ مُصابتين، فيمكن أن تظهرَ لديك أنماط مختلفة من الالتهاب المفصلي والصُّدَاعُ الزُّمَنِي والعُدْوَى بالخمائر Yeast-type infections والتبول المتكرّر، وتُصبح خائفاً طوال الوقت. كما قد تُعاني من عدوى العين إذا كانت المثانة مُصابة، ومن الربو الكامن أو الخافي Latent asthma وآلام الرُكْبَتَيْن والإمساك ومشاكل زيادة الوزن وألم أسفل الظَّهْر إذا كان القولون مُصاباً.

إذا كان القلبُ مُصاباً، يمكن أن تشكو من الأعراض القلبية؛ وما عليك سوى أن تتابعَ مريض النوبة القلبية لفترةٍ من الزمن؛ فعندما يُصاب بالنوبة القلبية، يمكن أن يبقى المريضُ على قيد الحياة إلى حين وصول الإسعاف إذا كان قد تناول مقداراً صغيراً من المُسْتأْرَج؛ فحينما يصل المُسْعِفون الاختصاصيون، يستمرُّ المريضُ بالتنفّس والعمل إذا لم يكن متحمّساً للأدوية الإسعافية التي تُحقَن له. ويُمنَح المريضُ في الوحدة القلبية الراحة التامة من الأنشطة الجسميّة من خلال ملازمته للسرير. كما تؤمّن له الراحة من الأنشطة الانفعاليّة من خلال التَّهْدِئَة أو التَّركِيز Sedation، ومن الراحة من ابتلاع المُسْتأْرَجَات الطعاميّة بالامتناع عن التغذية القموية. وفي غضون 48-72 ساعة، تُمنَح الفرصة لتخلّص الجسم من الطعام المؤرّج أو المُحمّس، فيبدأ القلبُ بالنبضان بشكل طبيعي من جديد، ويُقال عن المريض إنه أصبح مستقراً.

ومن جهة أخرى، إذا كان المريضُ متحمّساً لجميع الأدوية التي يتلقاها أو لبعض منها، يمكن أن يتفاقم الألم أو الأعراض، ويتوقّف القلبُ عن القيام بوظيفته في نهاية المطاف؛ وسيُذكر في التقرير في هذه الحالة ما نصّه "رغم جميع محاولات الإنعاش، مات المريض".

الفوائد

النَّ يَكُونُ مُدْهَشاً وَرَائِعاً إِذَا تَعَلَّمَ الْمَصَابُونَ بِالْأَرْجِيَّةِ أَوْ التَّحَسُّسِ اخْتِبَاراً بَسِيطاً يَكْتَشِفُ وَيَحَدِّدُ مُسَبِّقاً التَّفاعِلَاتِ الضَّارَّةَ الْمُحْتَمَلَةَ بَيْنَ الْمَوَادِّ وَالْأَشْخَاصِ قَبْلَ أَنْ تَوْدِّيَ الطَّاقَاتُ الْكَهْرُمَغْنِطِيَّةَ الْمُؤَذِيَّةَ إِلَى تَخْرِيْبِ أَجْهَازِهِمْ، جَالِبَةً لَهُمُ الْمَرَضَ وَالْحُزْنَ؟

أَنْتَ تَمْتَلِكُ الْآنَ الْقُدْرَةَ عَلَى الْقِيَامِ بِذَلِكَ، حَيْثُ تَسْتَطِيعُ الْمُنَاوَرَةَ مَعَ دِمَاغِكَ وَجِهَازِكَ الْعَصْبِيِّ كَمَا تَشَاءُ بِحَيْثُ تَسْتَفِيدُ مِنْ اسْتِعْمَالِ مَبَادِيئِ الطَّبِّ الشَّرْقِيِّ؛ وَسَيَكُونُ بِإِمْكَانِكَ إِعَادَةُ بَرْمَجَةِ دِمَاغِكَ لَتَقْبِلَ الْأَرْجِيَّاتِ غَيْرَ الْمُتَوَافِقَةِ كَحَالَاتِ مُنَاسِبَةٍ، وَاسْتِعْمَالَهَا لِمَصْلَحَتِكَ الْخَاصَّةِ، مِنْ غَيْرِ أَنْ تَسْمَحَ لَهَا بِالتَّسَبُّبِ فِي عَوَاقِبِ الطَّاقَةِ وَاضْطِرَابَاتِ التَّوَازُنِ، وَمَنْ نَمَّ حَصُولُ الْأَمْرَاضِ فِي نَهَايَةِ الْمَطَافِ. وَلَيْسَ مِنَ الضَّرُورِيِّ أَنْ تَبْقَى بَعِيداً عَنْ بَعْضِ الْمَوَادِّ الطَّعَامِيَّةِ الَّتِي تُحِبُّهَا أَوْ أَنْ تُرْمِيَ ثِيَابَكَ الْمَفْضِلَةَ لِأَنَّهَا تَجْلِبُ لَكَ الْمَرَضَ. وَلَنْ تَكُونَ بِحَاجَةٍ إِلَى الْإِخْتِفَاءِ فِي الدَّخْلِ خِلَالِ فَصْلِ غِبَارِ الطَّلَعِ أَوْ أَنْ تَمْضِيَ بَقِيَّةَ أَيَّامِكَ فِي الْمَنَاطِقِ الْحَضَرِيَّةِ بَدَلاً مِنْ قَضَاءِ الْعَطْلَةِ فِي الْجِبَالِ بِسَبَبِ الْخَوْفِ مِنَ السُّمَّاقِ السَّامِّ وَالْبَعُوضِ. كَمَا أَنَّكَ لَنْ تَبْدُو شَاحِباً وَمَرِيضاً وَمُسْتَأْ بَدَلاً مِنْ اسْتِعْمَالِ أَحْدَثِ الْمَرْوَقَاتِ (مَوَادِّ التَّجْمِيلِ) Cosmetic products الَّتِي تَجْعَلُكَ تَبْدُو أَقْلَ مِنْ عَمْرِكَ بِعِشْرِينَ سَنَةً نَتِيجَةُ الْخَوْفِ مِنَ الطَّفَحِ الْجِلْدِيِّ وَالشَّرَى. وَلَنْ تَحْتَبِيَّ مِنَ الشَّوَاطِئِ الْمُشْمِسَةِ نَتِيجَةُ خَوْفِكَ مِنَ الْمَشَاكِلِ الْجِلْدِيَّةِ وَسَرَطَانَاتِ الْجِلْدِ. وَلَيْسَ مِنَ الضَّرُورِيِّ أَنْ تَنْتَهِيَ حَيَاتُكَ فِي مُحْكَمَةِ الطَّلَاقِ بَعْدَ شَهْرٍ مِنَ الزَّوْاجِ الَّذِي كُنْتَ تَعْتَقِدُ أَنَّهُ سَيَدُومُ إِلَى الْأَبَدِ. كَمَا أَنَّ بِإِمْكَانِكَ أَنْ تَتَجَنَّبَ رُؤْيَا أَطْفَالِكَ الْمَرَاهِقِينَ وَهُمْ يَسْتَعْمِلُونَ الْمَخْدُرَاتِ وَالْكَحُولَ، فَيَنْتَهِي بِهِمُ الْمَطَافُ بِالْإِنْتِحَارِ أحياناً، وَذَلِكَ إِذَا كُنْتَ قَادِراً عَلَى اكْتِشَافِ الْمَشَاكِلِ فِي حِينِهَا قَبْلَ أَنْ تَسِيطَرَ عَلَى حَيَاتِهِمْ.

يُمْكِنُ أَنْ تَعْدُو مُسْتَشْفِئَاتُنَا النَّفْسِيَّةَ خَالِيَةً إِذَا أُمِكنَ اكْتِشَافُ أَسْبَابِ عَوَاقِبِ الطَّاقَةِ عِنْدَ الْمَرْضَى النَّفْسِيِّينَ وَإِزَالَتُهَا؛ وَلَكِنْ تَكْتَظُّ سَجُونُنَا بِتُرْلَانِهَا إِذَا مَا اخْتَبِرَتْ حَالَاتُ التَّحَسُّسِ (الْأَرْجِيَّاتِ) الْإِنْفَعَالِيَّةِ لَدَيْهِمْ وَعَوِلَجَتْ. كَمَا يُمْكِنُ الْوَقَايَةُ مِنَ النَّوَبَاتِ الْقَلْبِيَّةِ وَالْوَفِيَّاتِ الْمَأْسَاوِيَّةِ الْآخَرَى النَّاجِمَةِ عَنِ السَّرَطَانِ وَالْأَمْرَاضِ الْآخَرَى

المستعصية إذا تعلّم كل شخص في هذا العالم اكتشاف الحقول الكهرمغناطيسية المناسبة من حوله والتمسك بها وتجنب أشكال الطاقة غير المناسبة في عمر مبكر جداً. يمكن استعمال طرائق إزالة الحساسية (الأرجية) بحسب نامبودرياد NAET لتغيير أشكال الطاقة غير المناسبة إلى أشكال مناسبة؛ فإذا تعلّم كل شخص هذه الطرائق ومارسها من الطفولة وما بعدها، قد يكون بالإمكان إيقاف العديد من العمليات المرضية، وربما تأجيل مسار الشيخوخة أيضاً.

والآن تتوفر المعالجات وفقاً لطرائق إزالة الحساسية (الأرجية) بحسب نامبودرياد NAET في العالم كله. ومن واجب مهنيي الصحة أن تتعلمها وتستخدمها على مرضاهم.

لقد تدرّب أطباء المعالجة الإخلافية Allopathic والمعالجة اليدوية Chiropractic والاعتماد على العظمي Osteopathy وطب الأسنان Dentistry والمداواة الطبيعية Naturopathy والوخز بالإبر (الطب الشرقي) في كثير من بلدان العالم على معالجة مرضاهم بهذه الطريقة الثورية الجديدة. وتُعقد جلسات تدريب دورية عدّة مرّات في السنة لإعداد المزيد من الأطباء المهنيين المجازين لمواجهة هذا التحدي. وسيعلمك هذا الكتاب اختبار نفسك ومعرفة سبب مشكلتك، لكن خطوات المعالجة لم تُذكر هنا.

الفصل الثاني

أصنافُ المستأرجات أو مَوَلَّدات التحسُّس

قد يَكُونُ لديك تحسُّس أو أرجية لأيِّ شيء: الأَطْعَمَة، الأشربة، الأدوية الموصوفة، الأدوية المباعَة من دون وصفة طبية، الأدوية المحظورة، الأعشاب، الفيتامينات، ماء الحنفية أو الصنبور، الماء المنقى، ماء المطر، الملابس، المحوَّهَرَات، الثلج، البرد، الحرارة، الرياح، مواد العمل، مُفَرِّزَات جسمك، أعضاء الجسم، المواد الكيميائية، الفورمالدهيد Formaldehyde، مواد البناء (متلازمة البناء المريض⁽¹⁾ Sick building syndrome)، الدهانات، الخشب المضغوط، الإنزيمات النباتية التي تَبْدُو طَبِيعِيَّة (التَّربِينات Terpenes أو الفينولات Phenolics، الأَلْدِهيدات Aldehydes، الأَسيتالدهيدات Acetaldehydes، المضافات التركيبية)، السيليكا، السيليكون، اللاتكس، المواد البلاستيكية (اللِّدَائِن)، الألياف والمنتجعات التركيبية، غُبَار الطَّلْع، العُشْب، الأشجار، الخشب والتعامل معه... إلخ. يمكن أن تؤدي حالات التحسُّس (الأرجيات) غير المُشَخَّصَة إلى أعراض وأمراض وحتى إلى أمراض مزمنة، فقد تعاني من: الربو، التَّفَاخ (الانتفاخ الرئوي) Emphysema، اضطرابات الرئة المزمنة، حالات الإدمان (على الكحول أو الكافيين أو المخدرات أو التبغ أو السِّكَاكِر أو الكربوهيدرات أو الدهون)، التهاب المفاصل، داء المبيضات Candida، مَشَاكِل الخُمَائِر، الاحتشارُ بالطَفِيلِيَّات⁽²⁾ Parasitic infestation، التعب المُزْمِن، الاضطرابات المناعية، الأورام، السرطان، الاضطرابات السابقة للحَيْض، اضطرابات سنِّ اليأس، لا توازنات هرمونية، العُقْم، اضطرابات العين، مشاكل الأُذُن، المُضَاعَفَات التنفسية العلوية، مشاكل الجيوب، حالات العدوى المُزْمِنَة، الحالات الالتهابية، الألم العضلي الليفي، اضطرابات الألم غير المُفسَّرة

(1) اسمٌ قديم كان يُطَلَق على المرض المرتبط بالبناء Building-related illness.

(2) وجودُ الدِّيدَان والطَفِيلِيَّات في الجسم.

الأخرى، مشاكل البروستات، الشقيقة، الصداع، مشاكل الأطفال، حالات العدوى الأذنية (عدوى الأذن)، اضطرابات نقص الانتباه Attention deficit disorders، الانطواء على الذات (التوحد) Autism، فرط النشاط Hyperactivity، الاضطرابات العقلية Mental disorders، القلق، الاكتئاب، الاضطرابات الهضمية، اضطرابات الدوران، عدم انتظام النوم، التحسس للكيماويات Chemical sensitivity، الاضطرابات التغذوية Nutritional disorders، متلازمة تملُّل السَّاقين Restless leg syndrome، العَلَل الجلدية، الاضطرابات البَوِّية التناسلية، اضطرابات التوازن الانفعالي Emotional imbalances المختلفة... إلخ.

وَيَسْتَطِيعُ أَيُّ شَخْصٍ، سواءً أكان مهنيًا أم من العامة، أن يتعلَّم بسهولة التعرفَ إلى المستأرجات المختلفة والاضطرابات الصحية التي تُسبِّبها، وذلك من خلال تعلُّم طرائق اختبار نامبودرياد Nambudripad's Testing Technique (NTT) البسيطة؛ ويساعد ذلك المريض على البدء بالسَّعي نحو الدَّرَاسَاتِ التشخيصية المناسبة ومتابعة الرِّعاية الصحية الصحيحة حسب الحاجة. وعندما يكون التشخيصُ صحيحاً، تكون النتائجُ أقلَّ إِخَافَةً من التفسير غير المؤكَّد.

لقد بدَّلَ العلمُ والتكنولوجيا نمطَ حياة البشرية بشكلٍ كبير؛ كما أنَّ التفاعلات والأمراض الناشئة من الاستجابة لهذه التغيُّرات مختلفةٌ جداً أيضاً. لقد تحسَّنتُ نوعيَّةُ حياتنا استناداً إلى هذه المنجزات العلمية؛ ومع ذلك، فقد أصبحتُ هذه المنجزاتُ العلميَّةُ أعباءً ثقيلةً مستمرةً عندَ بعضِ المرضى المصابين بالتحسس أو الأرجية.

تنتشرُ التكنولوجيا أكثرَ فأكثرَ بمرور الوقت. فهي دائماً معنا، لكن ينبغي أن يجدَ المرضى المصابون بالتحسس أو الأرجية الوسائلَ للتغلبِ على التفاعلات الضارة تجاه المواد الكيميائية الجديدة والمستأرجات الأخرى التي تحملها التكنولوجيا الجديدة، وتعرِّضهم لها. ومع أنَّ طرائقَ إزالة الأرجية بحسب نامبودرياد NAET تحتاج إلى سلسلة من المعالجات المفصَّلة، لكنَّها تقدِّمُ الأملَ بالفَرَجَ لأولئك الأشخاص الذين يعانون من التفاعلات الأرجية المستمرة والأمراض "المُستعصية".

يمكن تصنيفُ التفاعلات الأرجية أو التحسسية المختلفة حسب التظاهرات السريرية عند الشخص المصاب بالأرجية أو التحسس.

1. الأشخاص الذين يعانون من الأرجيات الطعامية:

لا توجد لديهم أعراض فصلية، بل يعانون من أشكال مختلفة من الأعراض الجسدية أو الفيزيولوجية أو الانفعالية غير المألوفة أو المزعجة عندما يأكلون طعاماً ما يتحسسون له (مثل البيض، الحليب، الفواكه، الحنطة، السكر، الزبيب، السمك، الزيوت، الدهون، التوابل، البندق... إلخ).

2. الأشخاص الذين يعانون من الأرجيات الكيميائية Chemical allergies عبر

مصادر خارجية:

لا توجد لديهم أعراض غير مألوفة إذا لم يتعرضوا لهذه المواد، فهم يكونون سعداء وأصحاء عندما يعيشون في بيئة طبيعية مُحاطة بحياة طبيعية، ويأكلون طعاماً عضوياً غير مُعالج؛ لكن عندما يقتربون من أية مواد كيميائية مُحسّسة لهم، يبدأون بالمعاناة من عدد مختلف من الأعراض الجسدية أو الفيزيولوجية أو الانفعالية غير المألوفة أو المزعجة. ويمكن أن تنجم التفاعلات الأرجية (التحسسية) عن: ماء المِدن، الأنسجة الصناعية، ملينات النسيج، المنظفات Detergents، مُنتجات الشَّعر، مبيدات الحشرات Pesticides، مبيدات الفطور، مبيدات الأعشاب، الأطعمة التي تُنمى بالمخصبات الصناعية، الأدوية الموصوفة (المضادات الحيوية، المسكنات)، الفيتامينات، المُستحضرات العُشبية، زيوت التمسيد (المساج)، لسعات الحشرات، مواد التنظيف، الفورمالدهيد، المروقات (مواد التجميل)، معدّات الوقاية الشخصية (القفايزات المصنوعة من اللاتكس، الأقنعة)، لوازم المُستشفيات (أنايب الأكسجين، القناطر المطاطية أو البلاستيكية، الأدوات الجراحية، الخيوط الجراحية، مواد التنظيف في المُستشفيات، المطهّرات Disinfectants، المبيّحات Anesthetics، الأدوية)، مواد الأسنان ومُنتجاتها، المُضافات الطعامية Food additives، الملونات الصناعية للطعام، أحبار الجرائد، المُنتجات الورقية، الهيدروكربونات، العُطور، الغازولين، العوادم Exhausts، دخان التبغ، المُنتجات البلاستيكية، الضوئ والإشعاع من المصادر المختلفة... إلخ.

3. الأشخاص الذين يعانون من الأرجيئات الكيميائية عبر مَصَادِر داخلية:

تفاعل هذه المجموعة من الناس تجاه مُفَرِّزَات أجسامها الخاصة (العرَق، البول، البراز، المخاط، المني، الدُموع، اللعاب) أو أجزاء من الجسم (الشعر والأظفار) أو الأعضاء المختلفة (المعدة، الطحال، الرئتين، الكلية، الكبد، القلب، الدماغ... إلخ). وبذلك، تضطربُ آلياتُ الدَّفَاع في الجسم، ويكونُ أجساماً مضادةً (ضدية) Antibodies تجاه نُسُجِه و/أو سوائله الخاصة، فيهاجم الجهاز المناعي الجسم الذي يسكن فيه، ممَّا يؤدي في نهاية المطاف إلى الإضرار أو التغيير في خلاياه وأنسجته وأعضائه ووظائفه؛ ويقود هذا الضررُ إلى السرطان والأورام والفشل الكلوي وفشل الأعضاء ونقص السَّمع وضعف الرؤية والنوبات القلبية والفشل الكبدي والساد (تكثف بلورة العين) والتُّصُوب أو القصور الكُظري Adrenal depletion والدَّاء السُّكَّري (داء السكر) واضطرابات الوظيفة الدرقية... إلخ.

4. الأشخاص الذين يُعانون من أرجيئات الطَّلَع والأرجيئات البيئية:

يُبدِي هؤلاء الأشخاص مراراً وتكراراً تقاطراً للدَّمع من العينين وعُطاساً وأزيزاً، ويعانون من الربو والاضطرابات التنفسية العلوية الأخرى، كما يشكون من التعب والتهيج وأعراض حمى الكَلأ خلال فصل غبار الطلع (غبار الطلع من الأعشاب الضارة والأشجار والأزهار والكَلأ)، ويتحسَّسون من القُطُن والمواد الطبيعية، لكنهم يدون بحالة جيدة بقية السنة إذا تجنَّبوا الطبيعة والمنتجات المصنوعة من مواد طبيعية.

5. الأشخاص الذين يُعانون من الأرجيئات البيئية فقط:

يُعاني هؤلاء من أرجيئات لجميع العوامل الكيميائية ومبيدات الحشرات والمواد البيئية، مثل غبار الطلع والأعشاب الضارة والكَلأ والخشب والشَّجَر والأزهار والرَّمَل والأحجار الكريمة والأوساخ والغبار والحشرات... إلخ. لكنهم لا يتفاعلون تجاه المغذيات أو الأطعمة الخالية من المواد الكيميائية؛ ويمكنهم تناول الأطعمة العضوية بدون أي تورُّط كيميائي. لكن عندما يكون الطعام مُحَضَّراً في حاويات بلاستيكية أو في حال وجود أي ملوِّن أو مُضَاف طعامي يحتوي

على عناصر غير طبيعية، يمكن أن يُصابوا بتفاعلات أرجية (تحسسية). وما داموا يرتدون ثياباً من القطن أو الحرير الصّرف 100٪ أو أية أنسجة طبيعية، فهم بخير؛ غير أنّهم عندما يستعملون أية مواد تركيبية مثل البوليستر أو الأكريليك أو غير ذلك من هذه المواد، يُصابون بالعجز والاضطراب (الاضطراب الوظيفي).

6. الأشخاص الذين يُعانون من الأرجيات بسبب الحيوانات والأشخاص الآخرين:

لا يشكو هؤلاء من التحسس للأطعمة أو الأشربة أو المواد من حولهم، بل يتفاعلون تجاه الطاقة الكهرومغناطيسية للأحياء الأخرى، ممّا يجعلهم متحسّسين للأشخاص الآخرين مثل أمهاتهم أو آبائهم أو الزوج أو الأخ أو الأخت أو الأطفال أو الشركاء أو العمّال أو ربّ العمل؛ كما قد يكون لديهم تحسس تجاه الحيوانات الأليفة أو القطط أو الكلاب أو الحشرات أو النحل أو النمل... إلخ.

7. الأشخاص الذين يُعانون من أرجيات انفعالية:

يكون لدى هؤلاء الأشخاص أرجيات تجاه الأفعال وتفاعلات الحياة اليومية: الأفكار أو المشاعر (الخوف، الغضب، احترام الذات، الإبداع، القدرة، الكفاءة الذاتية، الدونية، القوّة... إلخ)؛ المفاهيم: "لا يمكنني أن أصبح بحالة صحيّة جيّدة أبداً" أو "لا يمكنني أن أنقص وزني أبداً" أو "لا أستطيع الحصول على ما يكفي من المال أبداً"... إلخ؛ ذاكرة بعض الحوادث: (الكوابيس، الخوف أو القلق خلال القيادة بسبب ذاكرة حادث على الطريق السريع حصل منذ 10 سنوات)؛ الانفعالات مثل كره العمل أو الوسّاس. المهنية (التعليم، التمثيل، الطبخ، البستنة، الكتابة... إلخ)؛ التفاعلات (المشاكسة مع الزملاء في العمل أو رفقاء الصف أو الرؤساء أو المدرّسين). ويجد بعض الأشخاص المتعة في مخالفة القوانين والتشريعات، أو في مخالفة النظم أو عصيان السلطات (تجاوز الإشارة الحمراء عندما غياب مراقبة الشرطة... إلخ).

8. الأشخاص الذين يُعانون من أرجيات مشتركة:

يتفاعل هؤلاء تجاه ما يبدو أنّه عددٌ غير مُتّه من توليفات الأطعمة وغبار الطلع والمواد الكيميائية والأشخاص الآخرين والحيوانات والأفكار والذكريات والمفاهيم.

9. الأشخاص الذين يُمتثلون متفاعلين عامين

يكون لدى هؤلاء الأشخاص حالات تحسُّس كيميائية متعدّدة، ويُعانون من تفاعلات شديدة تجاه جميع المُستأرجات المذكورة آنفاً؛ ويشكو هؤلاء الناس من أُرْجِيَّات شديدة وحالات تحسُّسية ومن العديد من المشاكل الصحيّة الأخرى، ويُصنّفون كمرضى من الناحية البيئية. والمرضُ البيئي Ecological illness هو المرضُ الناجم عن التفاعلات المؤذية تجاه المواد الموجودة في الهواء والماء والطعام والبيئة الحيّة وبيئة العمل والمواد الكيميائية. وهم لا يشعرون بالأمان في أيّ مكان؛ ويمكن أن يعانون من أعراض مزمنة مختلفة في أي عضو أو جهاز في الجسم. ويمثّل هؤلاء الأشخاص أولئك الذين يُفضّل أن يعيشوا في "فُقَاعَة" وقائيّة.

أصنّافُ الأُرْجِيَّات

تُصنّفُ الأُرْجِيَّاتُ الشائعة بوجه عام إلى تسعة أصنافٍ أساسيّة استناداً إلى طريقة التماس معها بشكل رئيسي وليس اعتماداً على الأعراض الناجمة عنها.

1. التّشوّقات أو المُستنشّقات Inhalants.
2. المُبتلعات (المُزدرّجات) Ingestants.
3. المُستأرجات التماسيّة Contactants.
4. المُستأرجات المحقونة Injectants.
5. المُعدّيات (المُستأرجات المُعدية) Infectants.
6. العوالم الفيزيائيّة Physical agents.
7. العوالم الوراثيّة Genetic factors.
8. العفن Molds والفطور Fungi.
9. الضغوط أو الشدّات الانفعاليّة Emotional stressors.

المُستنشّقات

المُستنشّقاتُ هي مُستأرجاتٌ يحصل التماسُ معها من خلال الأنف والحلق والقصابات الهوائية. ومن الأمثلة على المُستنشّقات نذكر الأبواغَ المِجهرية لبعض

الأعشاب والأزهار وغبار الطَّلَع والمساحيق والدُّخان ومواد التَّحْمِيل (المزوّقات) والعلطور والرّوائح المختلفة من التّوابل والقهوة والذرة الصّفراء ورّوائح طبخ الطعام والأعشاب المختلفة والزيوت والأبخرة الكيميائيّة والطلاء والورنيش ومبيدات الآفات الزراعيّة والحشرات والمخصّبات ودقيق الخنطة والحبوب... إلخ.

ومن الصّعْب القولُ بأنّ هناك تفاعلاً أرجياً نموذجياً أو متوقّعا يحصل استجابةً لمُستأرج معيّن؛ ولكن عند وجود استجابة متوقّعة، فإنّه يأتي في هذا الصّنف العام للمُستنشقات.

فمعظمنا قد عانى من الانزعاج عند استنشاق مادّة سامة عَرَضاً؛ فمثلاً، عندما نشمّ غاز الكلور من زجاجة منظف منزلي شائع، يودّي التفاعل الآني إلى تقاطر الدّمع من أعيننا وسيلان المخاط من أنوفنا، وقد يضيّق نفّسنا بسبب تشنّج قصباتنا التنفسية. ويمكننا تكرار هذه التجربة إذا أردنا أن نرهن بأنّ المبيض القاصر أو المنظف مسؤول مباشرة عن هذه المجموعة المعروفة من التفاعلات. ونحن بالطبع نتعلّم بسرعة كبيرة أنّ مادة التقصير هذه هي التي سبّبت الانزعاج لدينا، ونتعلّم ألاّ نتنفّس بعمق عندما نكوّن قرييين منها.

إنّ سبب الانزعاج قد نجم عن التفاعلات تجاه مادة التقصير (المبيضة) بشكل مباشر، وتشتمل هذه التفاعلات على حسّ الحرقة في العينين وسيلان الأنف وضيق التنفس. ويمكن في هذه الحالة الخروج باستدلال علمي بسيط اعتماداً على هذه العلاقة بين السبب والمسبّب. ولكن لا يكون التشخيص الصّحيح القائم على علاقة مماثلة بين السبب والمسبّب، ممثّل هذه السّهولة دائماً؛ فعلى سبيل المثال، كان من الصّعْب أكثر تشخيص تحسّس أحد مرضاي لغبار طلع الزيتون لأنّ التفاعل كان ذا تأثير متأخّر أو موجد. فالفترة الزمنية المنقضية تجعل العلاقة السببيّة أقلّ وضوحاً.

ضغّ في حساباتك مقدار الصعوبة التي تواجهها لوضع التشخيص الصحيح عندما تختلف الاستجابات الجسديّة عند المريض تجاه مُستأرج معيّن جذرياً عن تلك المتوقّعة عادة؛ فمثلاً، كانت هناك قصّة لرجل في أوائل السّتينات من عمره قدّم إلى عيادتي، وهو يشكو من عجز تقريباً بسبب سهو غير مقصود Lapses of memory

والنوب الصَّرْعِيَّة Seizures التي تشبه شكلاً من الصَّرْع، وربّما من داء آلزهايمر Alzheimer's disease أو من سَكَنَة خفيفة Mild stroke. وكان غالباً ما يدخل في تخلّط (اختلاط) Confusion كامل أو نَسَاوَة (فَقْدَ ذاكرة) Amnesia تامة، كما كان يفقد المَحَطَّات الهامة من الزمن أحياناً.

وقد أظهرَ الفَحْصُ العَصَبيُّ والتصوير الشعاعي الطبقي المحوري CAT scan نموذجاً طبيعياً تماماً للمَوْجَات الدماغية له؛ وبعدَ إجراءاتٍ مختبرية هامة، تبيّن أن السببَ في هذه الحالة هو أبواغ عالقة في الهواء Airborne spores لشجرة السَّرْخَس Fern tree التي زُرعت مؤخراً في فناء بيته الخلفي. وقد كان التفاعل غير النموذجي لديه تجاه المادة المُسْتَنَشَقَة غير منطقي تماماً من الناحية الفيزيولوجية. ولذلك تأخّر التشخيصُ والمعالجة لديه عدّة شهور بسبب غياب الضائقة التنفسية Respiratory distress التي تُشاهد في المرضى الآخرين الذين يُعانون من التَّحَسُّس للمُسْتَنَشَقَات.. وهذا ما سبّب الخيبة والخطر المحتمل لدى المريض.

يُشيرُ ما سبقُ بوضوح إلى أنّه لا توجد استجاباتٌ نموذجيةٌ للمستأرجات في العالم الحقيقي؛ فإذا كنتَ تعتمدُ على الأرجيات للحصول على مجموعة متجانسة أو موحّدة من الاستجابات عند جميع الناس، فقد تخطئ التشخيصَ وتقدّم المعالجة الخاطئة. وأنت لن تستطيع إيجاد وتحضير دواء معياري كبرياق Antidote لأيّ أرجية نوعيّة، فحالة كلّ مفرد مختلفة عن غيرها؛ وينبغي عدم الإفراط في تبسيط معالجة المرضى. ولا يُبدي كلّ شَخْص الأعراض الأرجية أو التحسسية النموذجية (بصرف النظر عمّا تعتقد أن تكون النموذجية)؛ فعندما تقوم بذلك، فأنت تُخاطر في إغفال عدد كبير من التفاعلات المحتملة التي يمكن أن تظهر عند بعض الناس استجابة تجاه التماس مع بعض المواد المسببة للحساسية (المستأرجات).

المُبْتَلَعَات

المُبْتَلَعَاتُ هي مُسْتَأرجاتٌ يحصل التماسُ معها من خلال الفم، وبذلك تجد طريقها إلى القناة المعدية المعوية، وهي تشتمل على الأطعمة والتوابل والأدوية والأشربة واللّبان (العَلِكة) والفيتامينات التكميلية... إلخ. وينبغي ألا نتجاهل

التفاعلات المتوقعة تجاه الأشياء التي يحصل التماسُ معها، ومن ثمَّ انتقالها بشكلٍ غير مقصود إلى الفم من خلال اليدين.

وتُعدُّ مسألةُ المُستأرِجاتِ المُبتَلَعَةِ Ingested allergens إحدى أصعب الحالات في التشخيص، لأنَّ الاستجابات الأرجية غالباً ما تتأخَّر ما بين عدَّة دقائق إلى عدَّة أيام، وهذا ما يجعل العلاقة المباشرة بين السَّبب والمسبَّب صعبةً جداً. ويمكن أن يتفاعل بعضُ الناس بشكلٍ عنيف في غضون ثوان بعد أن يتناولوا مادة مولدة الأرجية (مُستأرجاً). وفي الحالات الشديدة جداً، يُحذَرُ الجهازُ العصبي المركزي بأنَّه على وشك الانسمام بمجرد تماس الشخص أو اقترابه من المُستأرج، ممَّا يُؤدِّي إلى التفاعل الأرجي الباكر. وتُلاحظ تفاعلات تجاه المُستأرِجاتِ المُبتَلَعَةِ أكثرَ عُنفاً ممَّا هي عليه في آيَّة أشكالٍ أخرى عادةً.

وقد كانت حالةُ ستيف Steve من مثل ذلك، وهو شابٌّ في سنوات مراهقته الأولى أتى إلى عيادتي بسبب إصابة متعلِّقة بالرياضة؛ كما كان لديه قصَّة ربو. وفي إحدى المناسبات، استرعى انتباهُ أمِّه حقيقة أن ابنها يشكو من حكةٍ مستمرة في المنطقة تحت الركبة بعرض 4 أصابع على الجهة الخارجية من العُرفِ الظنبوبي Tibial crest الأمامي؛ وقد كانت الحكة في خطِّ طول المعدة Stomach meridian، مما عني أنَّ سبب الطفح الأرجي كان مرتبطاً بشيء ما يأكله. وبعد المزيد من الاستجواب، وُجد أنَّه يظهر طفحٌ في كلِّ مرة يأكل فيها وجبة فطوره المفضَّلة من الحبوب.

لقد أعدنا لتجربة بسيطة بهدف إثبات ذلك؛ فقد كان ستيف يُعطى كامل مواد فطوره المفضَّل، واحدة بعد الأخرى: العصير والخبز المحمَّص والأرز، ثُمَّ يُمنَح الوقت للمضغ. وقد سارت الأمور على ما يُرام إلى أن وضع في فمه قُشارة الأرز، حيث عانى على الفور من شعورٍ بالحرارة وبدأ بالاحمرار بشكل طفح أرجي (تحسُّسي)؛ وانزلق في غضون ثوان قليلة إلى صدمة تأقية (تحسُّسية) Anaphylactic shock تقريباً. وبعد عدَّة دقائقٍ عصبية ومعالجةٍ مستمرة بطرائق إزالة الحساسية (الأرجية) بحسب نامبودرياد NAET، حُمِدَت الأعراضُ.

ويمكن لأيَّة مادةٍ تتناولها أو تأكلها تقريباً أن تكون مستأرجاً لشخص ما؛ فمثلاً، هناك أناسٌ عُرفوا بدخولهم في غيبوبة في كلِّ مرَّة يأكلون فيها البرتقال من

دون إبداء أية أرجيَّات طعاميَّة أخرى. وبتجنُّب المُستأرج، يمكنهم أن يتَّقوا حدوثَ تفاعل أرجي أو تحسُّسي غير ضروري. ولكن ينبغي أن يضعَ الشخصُ في حسابه أنَّه في الحالات الأرجيَّة البسيطة، يميل المرضى غيرُ المعالجين إلى إظهار أعراض أرجيَّة تجاه مُستأرجات مماثلة أخرى؛ فمثلاً، يُمكن لمريضة يُغْمَى عليها عندما تأكل برتقالة أن تُصابَ بالرُّبو أو صداع الشقيقة عندما تأكل الموزَ في وقت لاحق.

كانت ستيفي، البالغة 35 سنة من العمر، قادرةً على معرفة أنَّ البرتقال يمثل المُستأرج الوحيد الذي تشكو منه؛ وقد عانتُ من ظهور أرجيَّات أخرى تجاه الأطعمة، مثل الموز وعصير العنب والقرع. وفي أثناء اختبارات روتينيَّة للأرجيَّات، تبَيَّن أنَّ هناك عنصراً موجوداً بتركيز مرتفع نسبياً في البرتقال، وهو البوتاسيوم. وبما أنَّ ستيفي تركتُ التحسُّسَ للبرتقال من دون معالجة، بدأت تفاعل تجاه أطعمة أخرى تحتوي على البوتاسيوم مع أنَّه كان بتركيز منخفض في هذه الأطعمة.

لقد كانت محظوظة حقاً في أنَّها لم تواظبُ على الوصفة التي طُلبَ منها تَنَاوُلها، وهي تحتوي على مقدار كبير من رُهْم (كريم) الدُردي (الطُرطير) Cream of Tartar. ويُستعمل هذا المُضَافُ الطعامي Food additive عادةً كمُصلَّب Stiffener في المخفوق الذي تُطلى به الحلوى والفطائر، وهو يمثلُ بيطرطرات (ثاني طرطرات) البوتاسيوم Potassium bitartrate.

نحنُ نعيشُ في عصر التكنولوجيا الرِّفيعَة. وأدخلت مواد جديدة للمحافظة على اللون والنكهة، وتزيد في عمر تَخزين Shelf life الأطعمة. وهناك بعض المُضَافَات التي تُستعمل في الأطعمة كحَوَافِظ (مواد حافظة) Preservatives وتؤدي إلى مشاكل صحيَّة شديدة. كما تسبَّبُ بعضُ المحلِّيات الصناعِيَّة Artificial sweeteners مشاكلَ لدى بعض الناس، وقد تقلدُ أمراضاً خطيرة مختلفة مثل التصلُّب المتعدد Multiple sclerosis والتهاب البروستات الحاد Acute prostatitis وآلم العَصَبِ الثلاثِيِّ التَّوَائِم Trigeminal neuralgia وفرط النَّشاط والألم العضلي اللَّيفي واضطراب نقص الانتباه Attention deficit disorder والتوحد (الانطواء على الذات) Autism وعَدَوَى الأُذُن واضطراب النَّظْم القلبي والمشاكل الجلديَّة والحكَّة والشَّرَى والأرق Insomnia والدُّوَار والسُّعال الجاف المزمن والآلام المفصليَّة

والتَّسَى (عِرْقُ النَّسَا) Sciatica، وما إلى ذلك. ويُعدُّ معظمُ هذه المُضافات غيرَ ضارٍ عندَ أغلبيةِ الناس، لكنَّها قد تكون مميَّةً لأولئك الذين يتفاعلون مع هذه المواد.

تُظهِرُ الإحصائياتُ أنَّ معظمَ الإصابات الرياضية تحصل بعدَ فترات الاستراحة لطعام أو فترات الغدَاء؛ ولذلك من المُفضَّلُ تناولُ الأطعمة البسيطة خلال التمارين أو الألعاب الرياضية لتجنُّب الإصابات. ولا بدَّ - كما ترى - من التأكدُ تماماً من محتوى كلِّ وأيّ شيء يأكله الشخصُ المصاب بالأرجيَّات أو يضعه في فمه.

إذا استطاعَ الشخصُ المتحمَّس أن يصبحَ ماهراً في اختبارات الاستجابة لعضليَّة، وهي اختباراتٌ بسيطةٌ لمدى توافق الطاقة قبل شراء الأطعمة وتحضيرها وتناولها، فإنَّه يمكن الوقايةُ من معظم التفاعلات الضارَّة والناجمة عن الأرجيَّات الطعاميَّة.

المُسْتَأْرَجَاتُ التَّماسِيَّةُ

تُؤدِّي المُسْتَأْرَجَاتُ التَّماسِيَّةُ إلى حصول تأثيراتها من خلال التماس المباشر مع الجلد؛ وهي تشتملُ على البَلُوط السَّام Poison oak المعروف جيِّداً والسُّمَّاق السَّام Poison ivy وسُمَّاق المُسْتَنْقَعَات Poison sumac والقطط والكلاب والأرانب ومُسْتَحْضَرَات التَّخْمِيل (المزَوَّقات) Cosmetics والصابون ورُهَيْمَات الجلد (الكريمات) والمنظِّفات وكحول التدليك Rubbing alcohol والقَفَّازَات المصنَّعة من اللاتكس Latex gloves وأصْبغة الشَّعر والأنماط المختلفة للزيوت النباتيَّة والمواد الكيميائيَّة مثل الغازولين والأصْبغة والأظفار الأكريليكيَّة Acrylic . nails وطلاء الأظفار والأنسجة والفورمالدهيد... إلخ.

وقد تكونُ التفاعلاتُ الأرجيَّةُ تجاه المُسْتَأْرَجَاتِ التَّماسِيَّةِ مختلفةً من شخصٍ إلى آخر، ويمكن أن تشتملَ على: الربو، والطفح الجلدي والشرى ونوبات الإغماء وصُدَاع الشقيقة والسُّعال وآلام المفاصل والأنواع المختلفة لالتهاب المفاصل وأوجاع المعدة والإمساك والتخليط العقلي وتورُّم الجسم والتبولُّ المتكرِّر والهيَّاج النفسي والأرق وسرطان الجلد... إلخ. وقد يؤدِّي تماسُ المُسْتَأْرَجِ مع الجلد إلى أعراض مؤثِّرة للغاية مثلها مثل تلك الناجمة عن المُسْتَأْرَجَاتِ المُبْتَلَعَةِ أو المُسْتَنَشَقَةِ.

كما أن الأنسجة الطبيعية أو غير الطبيعية يمكن أن تسبب تفاعلات أرجية؛ فالكثير من الناس يتفاعلون تجاه القطن. ويُستعملُ القطنُ في العديد من الأشياء. وليس من السهل إيجاد نوع واحد منها، فالكثير من المنتجات المُشاهدَة في الأسواق هي مزيج من أشياء عديدة، حيث تُستعملُ الأليافُ القطنية في السجّاد والأشرطة المطاطية وشرائح الأسرة والأصواف وأدوات تطبيق مُستحضرات التحميل وأوراق المرحاض والمناديل الورقية... إلخ. وقد يسبب الصوف تفاعلات أرجية. ولقد رأينا أناساً لا يستطيعون ارتداء الصوف من دون ظهور الطفح على جلودهم. كما أن بعض الناس الحساسين للصوف يتفاعلون أيضاً تجاه الكريمات التي تحتوي على أساس اللانولين Lanolin base، لأن اللانولين يُشتق من صوف الغنم. ويمكن أن تؤدّي جواربُ القطن أو النايلون أو الصوف إلى تفاعلات أرجية مع أعراض ألم الركبة... إلخ. كما أن الناس قد يكونون متحسّسين للسجّاد والستائر، مما يمكن أن تسبب آلاماً في الركبة والمفاصل وأخص وعقب القدم.

وكان لدينا القليل من المريضات من الإناث اللواتي تحسّسن تجاه جوارهن، وعانين من آلام عضلية تشنجية في الساقين Leg cramps مع تورّم فيهما وصدفية وعَدَوَى مستمرة بالخمائر، ومن ارتفاع ضَغْط الدم في بعض الحالات. كما أن ورق المرحاض والمناديل الورقية قد يؤدّيان إلى مشاكل تحاكي عدوى الخمائر عند الكثير من الأشخاص.

يُبدى الكثير من الناس تحسّساً تجاه النفط الخام ومشتقاته، ويشتمل ذلك على المُنتجات البلاستيكية والمطاطية التركيبية، فضلاً عن مُنتجات اللاتكس. هل يمكنك أن تتخيلَ الصعوبة البالغة في العيش في هذا المجتمع المعاصر، وأنت تحاول أن تكون بعيداً تماماً عن المُنتجات المصنوعة من النفط الخام؟ ستبدو مشلول الحركة بدون مبالغة! فأجهزة الهاتف التي تستعملها، وحاويات الحليب التي تشرب منها، وأنسجة البوليستر التي ترتديها، ومعظم كريمات الوجه والجسم التي تستخدمها...، كل ذلك مُصنَّع من مصدرٍ مشترك هو النفط الخام!

كانت كاثي Kathy، إحدى سكرتيراتنا في مكتبنا، تحضر محاضرة على الحاسوب Computer demonstration عندما عانت من شعور مُزعج وإحساس

الحرارة في كل جسمها؛ وقد كانت تعمل على لوحة المفاتيح. وفجأة بدأت تظهر على شفيتها نُفَاطَات Blisters وعلى وجهها طفح، مع شعور بالدُّوار (دوخة) Lightheadedness. وقد وجدنا أن مادة لوحة المفاتيح (البلاستيك) كانت أَصْلَ المشكلة. وقد عولجتُ للتغلب على الأرجية الخاصة الناجمة عن لوحة المفاتيح نيبلاستيكية، وأرسلتُ إلى البيت. وفي اليوم التالي عندما عادت إلى العمل، شعرتُ بالتحسُّن وشرعتُ بالعمل على لوحة مفاتيح الحاسوب من دون أية تأثيرات مَرَضِيَّة أخرى.

يمكن للمواد الطعمية، التي تُصنَّفُ على أنَّها من المُبتَلَعَات Ingestants عادةً، أن تعمل أيضاً كمُواد تَمَاسِيَّة عند الأشخاص الذين يتعاملون معها باستمرار. مرور الوقت. لقد جاعني مايك Mike - وهو خبَّاز يبلغ من العمر 59 سنة - بطفح جلدي شديد وحكة في كلتا يديه وذراعيه تحت مستوى المرفق؛ وقد جعل رُهِيمُ الكورتيزون Cortisone الحكة والقرحات النَّازَّة (التي تنزّ) تحت السَّيْطَرَة؛ لقد كان يعمل أربعة أيام في الأسبوع، من الخميس حتَّى الأحد؛ وبحلول يوم الأحد أصبح جلدهُ مسلوخاً ونازاً، فاستعمل رُهِيمُ الكورتيزون في الأيام الثلاثة التالية، فتحسَّنت حالةُ جلده بحلول يوم الخميس؛ وكان قد مضى على حالته هذه 27 سنة عندما جاءنا بهدف التقييم. لقد تبيَّن لنا أن لديه حساسيةً كبيرة تجاه دقيق الحنطة (الطحين) Wheat flour، وهو المادة التي يحصل التماسُ معها طوال اليوم وكل يوم - كخبَّاز. ولقد زالت الحكة والطفح بعد المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس للدَّقِيق بحسب نامبودرياد NAET. وبعد 7 سنوات، بقي مايك من دون أعراض.

لقد شُخِّصَتْ حالاتُ تحسُّسٍ مهنية أخرى عند الطَّبَّاحِينَ والتَّوَادِل (القائمين على خدمة الزبائن في المطاعم) وأصحاب البقالات والكتاب والبستانيين... إلخ. ومن الناحية العملية، لا توجد تجارة أو مهنة خالية من التعامل مع المُستَآرِجَات. لقد أصبح بيت Pete، الكاتبُ المحترِف، عاجزاً تماماً عندما شُخِّصَتْ إصابته بمُتلازمة السَّفَقِ الرُّسْغِيِّ Carpal tunnel syndrome. لقد خضع بيت للمعالجة بطرائق إزالة التحسُّس للدَّقِيق بحسب نامبودرياد NAET قبل أن يلجأ إلى جراحةٍ مخطَّط لها لتحرير العصب المتوسط Median nerve المُتَعَقِّل (المضغوط) (وهو العصب

الذي يتعرض للتخريش عادةً في متلازمة التَّفَقِّ الرُّسْغِيِّ). لقد كان بيت ببساطة يعاني من التحسُّس تجاه الورق الذي يكتب عليه؛ وبعد أن عولجَ بطرائق إزالة التحسُّس للدَّقِيق بحسب نامبودرياد NAET، شُفِيَتْ متلازمة التَّفَقِّ الرُّسْغِيِّ لديه من دون جراحة، ولم تُعَدَّ أعراضُ هذه المتلازمة إلى سابق عهدها منذ تسع سنوات.

لقد لوحظَتْ حَالَةٌ أُخرى من التحسُّس للورق خلال مقابلة مع محامٍ كان يشكو من الصُّدَاع دائماً بعد مغادرة مكتبه. ونظراً لاستنزاف الطاقة، كان يذهب إلى مَنْزله مباشرةً ويخلد للنوم. لقد كان المحامي يعاني من التحسُّس للورق، لكن بشكل تفاعلٍ مختلفٍ تماماً عما جرى مع الكاتب المحترف.

المُسْتَأْرَجَاتُ المَحْقُونَةُ

تُحَقَّنُ المُسْتَأْرَجَاتُ في الجلد والعضلات والمفاصل والأوعية الدموية بشكل أمصالٍ مختلفة ومضادَّاتٍ تسمَّم (مضادَّاتٍ ذيفانات) Antitoxins ولُقَاحَاتٍ وممنوعاتٍ للأطفال وأدوية. كما تشتملُ المُسْتَأْرَجَاتُ المَحْقُونَةُ على المواد التي تدخل الجسم من خلال لسعات الحشرات. وكما هي الحال في أيِّ تفاعلٍ أُرْجِي أو تحسُّسي، يُوَدِّي حَقْنُ دَوَاءٍ مُحَسِّسٍ في الجسم إلى خطر حصول تفاعلات أُرْجِيَّة خطيرة. وفي الواقع، يُصَبِّحُ الدَّوَاءُ في الشخص المتحسِّسُ سُمًّا يحمل التأثير نفسه لحَقْنِ الأرسينيك (الزَّرْنِيخ). ويمكن أن تصبح المادَّة التي تبدو غير ضارَّة مؤرَّجة أكثر عند بعض الناس بمرور الوقت من دون أن يدرك الشخصُ الخطرَ المتوقع؛ فمثلاً، مع زيادة عدَدِ حوادثِ الأُرْجِيَّاتِ تجاه عقار البنسلين، تتفاوت التفاعلاتُ ما بين الشَّرَى والإسهال وصولاً إلى الصدمة التَّاقِيَّة Anaphylactic shock والموت.

كذلك كانت حالة آن Anne الفريدة، وهي فتاةٌ بعمر 38 سنة، حيث حصلت لديها تَفَاعُلَاتٌ تحسُّسية (أُرْجِيَّة) ملحوظة تجاه العديد من الأطعمة والأشياء في محيطها. لقد أظهرت قصَّتُها أنَّه عندما كانت بعمر سنة، اشتكت من تفاعلٍ شديد بعد تلقيح روتيني بلقاح الحُمَاق Smallpox vaccination، وكادت أن تموت. كما بقيت تُعاني لسنواتٍ طويلة من أُرْجِيَّاتٍ جسديَّةٍ مثل الربو والشرى

• آلام المفصليّة والشقيقة، وأرجليّات هضميّة مثل سوء الهضم وحرقة الفؤاد (سُذع) والإسهال أو الإمساك المزمن المتقطع، وتفاعلات انفعاليّة مثل الاكتئاب .
• غضب ونوبات البكاء وفقد المتعة بالأنشطة اليوميّة، ومن شكلٍ شديد من متلازمة السّابقة للحيض Premenstrual syndrome ... إلخ. وعندما عُولجت من مشكلة التلقيح ضد الجدري بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET، عُمِحتْ قادرةٌ على التخلّص من التفاعلات الأرجيّة (التحسّسية) لديها تجاه أدبء المختلفة. وقد تحسّنت أعراضها الجسديّة والفيزيولوجيّة والانفعاليّة، واستقرّ جفها بسرعة بعد المعالجة.

لا يرى معظمنا أنّ لسعة الحشرة ماثلةٌ للحقنة التي تتلقاها من الطّبيب، مع حبّ مثلها تماماً؛ ففي موضع اللسعة، يُحقن مقدارٌ صغير جداً من سائل جسم حشرة في جسم الإنسان، وقد تكون هذه السّوائل عارضةً بالنسبة إلى اللسعة، حيث يمكن أن تكون ببساطة مفرزات طبيعيّة نسبةً إلى الغدّة اللعابية للحشرة، أو قد تكون جزءاً ضرورياً من آليّة اللدغ، مثل لعاب البعوض الذي يتشكّل لِمَنع دم عيب من التخثر وتسهيل سحبه.

يمكن أن يتشكّل السّائل السائل لإيقاف الألم بشكل خاص، سواءً كوسيلة هجوميّة . وقويّة. وتلدغ الحشرة لكسب طعامها أو إحداث الألم دفاعاً عن محيطها؛ . سحّة تستعمل لدغتها دفاعاً عن نفسها، بينما يستعمل العقرب لدغته للحصول على غذاء.

كما قد تحقن لدغات بعض الحشرات ذيفانات أو سُموماً شبه مميتة في مجرى دم حياها؛ وتهدف هذه السُّموم إلى وقاية الحيوان من مفترسيه أو حمايته من ضارٍ من جارٍ أحرَق. وتشتمل الأمثلة على ذلك على الأفاعي وبعض سحبي، فضلاً عن عددٍ من الأسماك والقشريات التي تكون قادرةً على إحداث سّعت مؤلّمة أو حقن سُموم عبّر أعمدها الفكريّة و/أو زعانفها الشائكة. كما أنّ حنث تشديّات تدخل في هذا الصّنف، وهي تشتمل على عضّات الأطفال التي قد تأتي من عدوى هامة في مكان العضّة، وإلى حقن فيروسات مخيفة من عضّة حية - مُصاب بالعدوى.

تشتمل التفاعل الطبيعي تجاه العضة أو اللسعة، عدا العضات المميتة الواضحة، على تورم خفيف واحمرار حول مكان الحقن، فضلاً عن انزعاج طفيف أو متوسط في الجسم نتيجة محاولته التخلص من السم (الذيفان) Toxin الذي يُنتج الحكة. وتندر العضات واللسعات المميتة للأشخاص من ذوي الحساسية السوية.

غير أن اللسعة أو العضة، من حشرة أو حيوان، قد تكون مميتة عند بعض الناس؛ فحتى لسعة واحدة من بعوضة يمكن أن تؤدي إلى حصول وذمة Edema (تجمع غير طبيعي للسوائل في أنسج الجسم وخلاياه) بالغة وفجائية البدء وضائقة تنفسية Respiratory distress شديدة. وهناك الكثير من حالات الصدمة التأقية Anaphylactic shock والفشل التنفسي و/أو القلبي عند أشخاص متحسسين بعد أدنى قدر من لسعة الحشرات.

تسبب الكثير من السرطانات Carcinomas عن أنماط مختلفة من الأرجيات (حالات التحسس)؛ فإذا استطعت تعقب المستأرج النوعي الذي يحرض نشاط سرطانة Carcinoma معينة، يمكن إزالة التحسس تجاه هذا المستأرج، كما يمكن إنقاذ العديد من الأرواح من برائن السرطان Cancer؛ والأمر نفسه ينطبق على الأمراض الأخرى الناشئة عن الأرجيات أيضاً. ولذلك، فالعمل الاكتشاف الجيد ضروري لإيجاد الأساس الرئيسي للمشكلة.

المُعْدِيَّاتُ (المُسْتَأْرَجَاتُ الْمُعْدِيَّةُ)

المُعْدِيَّاتُ (المُسْتَأْرَجَاتُ الْمُعْدِيَّةُ) Infectants مُسْتَأْرَجَاتٌ تُحْدِثُ تأثيراتها من خلال التحسس تجاه العوامل المُعْدِيَّة، مثل الجراثيم؛ فالتفاعل الأرجي أو التحسسي مثلاً قد ينجم عن إدخال جرثومة السل Tuberculin bacterium كجزء من اختبار تشخيصي بهدف معرفة حساسية المريض أو تفاعله نحوها. ويمكن أن يبدو التفاعل النموذجي تجاه اختبار التوبركولين (بروتين جرثومة السل) Tuberculin test بشكل طفح عدوائي Infectious eruption تحت الجلد. وقد يحصل هذا التفاعل على هيئة اختبار الرقعة الجلدية Skin patch أو اختبار الخدش Scratch test، ويُجرى في السياق الطبيعي لاختبارات الأرجية بالأسلوب الطبي الغربي التقليدي.

المُستأرج المُعدي مادة تكونُ بشكل مُستأرج مُحقون، وهي تقتصرُ على المقدار الذي يتلقاه المريض؛ فأيةُ وخزة طفيفة في الجلد تدخلُ السَّم عبر البشرة (كما في التَّلقيح) أو مَرَض طفحي بَثْرِي (وَقَسَمَة) Pox أو آفة جلدية مماثلة غير ضارة يمكن أن تؤدي إلى طفح إذا كان المريض حساساً لتلك المادة. وتُحفِّ الآفة الطفحجية البثرية على الفور عند معظم الناس، وتشكِّل جُلبة تشفى في نهاية المطاف من دون المزيد من الانزعاج؛ ولكن، في بعض الحالات يُصبح موضعُ المُستأرج مُعدي مُصاباً بالعدوى، ويمكن مشاهدة العملية الالتهابية المألوفة (الاحمرار، التورم، الألم، خروج القيح من موضع المُستأرج المُعدي) على مدى عدَّة أيام. وقد يعاني بعضُ الأفراد المتحسِّسين من الغشي أو الغثيان أو الحمى أو التورم (ليس في موضع الحُدس، ولكن في الجسم كله أيضاً) أو الضائقة التنفسية... إلخ إذا تُركوا من دون معالجة.

وبكلمة أخرى، قد يؤدي دخولُ المُستأرج إلى جسم الشخص الحساس إلى خطر حصول استجابة شديدة بصرف النظر عن مقدار المادة السامة المستعملة؛ ولذلك، لا بدَّ من الانتباه عند إجراء اختبارات الأرجية أو التحسس التقليدية عند الأفراد الحساسين. ولكن عندما تُطبَّق طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET بشكلٍ صحيح وفوري، يمكنها أن توقف مثل هذه التفاعلات الضارة.

كما يمكن أن تؤدي اللقاحات المختلفة إلى مثل هذه التفاعلات الأرجية؛ فبعد تلقي الأطفال للقاحات المألوفة، قد يُصاب بعضهم بتوعك جسدي وفيزيولوجي ونفسي شديد. وقد تتظاهر الأمراض التالية بتفاعل متأخر ناجم عن التمنيع باللقاحات عند الأطفال: الاضطرابات العصبية المختلفة، اضطرابات فرط النشاط Hyperactive disorders، اضطرابات نقص الانتباه Attention deficit disorders، التوحُّد أو الانطواء على الذات، التخلف العقلي، الاضطرابات الهوسية Manic disorders، داء كرون Crohn's disease، مُتلازمة القولون المُتهيج المزمن Chronic irritable bowel syndrome، الأورام، أكياس... إلخ.

شكَّا رجلٌ بعمر 42 سنة من مُتلازمة القولون المُتهيج المزمن منذ كان بعمر 9 سنوات؛ وبعد معالجة جميع الأرجيات الأساسية لديه، جرى تقييم حالته واختباره

من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد NTT. وقد أمكن تعقب مشكلته وصولاً إلى لقاح شلل الأطفال الذي كان قد تلقاه عندما كان طفلاً؛ وعولج على الفور من مشكلة هذا اللقاح. وقد أخذ يشكو من آلام بطنية شديدة وبراز مائي (إسهال) لمدة أسبوعين بعد المعالجة الأولية بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد NAET؛ وقد خضع خلال هذه المدة للمعالجة 6 مرات من مشكلة لقاح شلل الأطفال. وبعد أن أنهى المعالجات، قال وداعاً لمتلازمة القولون المتهيج التي كان يعاني منها.

لقد عانت كارول Carol - البالغة 46 سنة من العمر - من التهاب شديد في الجيوب Severe sinusitis لمدة 28 سنة، وأظهرت قصتها أنها دخلت المستشفى عندما كانت بعمر 18 سنة وأعطيت حقنة كورتيزون. وقد عانت من تفاعل شديد تجاه حقنة الكورتيزون التي تلقتها ودخلت في صدمة قلبية، واستغرقت ساعات قل أن تشفى من هذه الحادثة. وعندما عادت إلى بيتها من المستشفى، بدأت تشكو من التهاب شديد في الجيوب، واستمر ذلك على مدى السنوات الثماني والعشرين اللاحقة. وبعد أن أنهت بنجاح المعالجة من الكورتيزون في عيادتنا، قالت وداعاً لثمان وعشرين سنة من التهاب الجيوب.

ينبغي أن يُلاحظ أيضاً أن الجراثيم والفيروسات ينتقلان بطرق عديدة؛ فالتماسُ العارض Casual contact مع الأجسام والأشخاص يعرضك يومياً للموتات خطيرة وأمراض محتملة. وعندما يقوم جهازك المناعي بوظيفته بشكل صحيح، يصرف عنك المرض من دون أن تلاحظ ذلك. أمّا حينما لا يعمل الجهاز المناعي بمستويات كفاءته القصوى، يمكن أن تبدأ بالمعاناة من مشاكل العدوى والحمى والأرجيات.

ولكن من وجهة نظر أرجية أو تحسسية صارمة، لا يؤدي التماس مع مُستأرج محقون إلى التفاعل المتوقع دائماً. وتختلف شدة التفاعلات ونمطها من شخص إلى آخر، وذلك حسب جهازه المناعي وعمره ومقدار المُستأرج المحقون. ويحصل تفاعل نموذجي عادةً عند شخص معين مثلما رأينا في اختبار التوبركولين. ومن الواضح أن التفاعل تجاه الاختبار لم يكن حالة سُل، بل استجابة أرجية (تحسسية) خفيفة أدت إلى طفح عدوائي (مُعد) Infectious eruption تحت الجلد.

العوامل الفيزيائية

- يمكن أن يتفاعل الأشخاص المتحسسون تجاه العوامل الفيزيائية المختلفة:
- الحرارة، الرطوبة، البرد، الضباب البارد، الندى، التيارات الهوائية، الجفاف، التدفئة وتكييف الهواء، التغيرات في الضغط الجوي والمرتفعات العالية.
 - الإشعاع من الشمس والحواشيب وأفران الميكروويف، الأشعة السينية، مصادر المراضات الجغرافية Geopathic sources، الحقول الكهربائية والكهرومغناطيسية، الأضواء الساطعة، الهواتف الخلوية واللاسلكية وخطوط الطاقة أو أسلاك الكهرباء. ويمكن تصنيف الحروق ضمن هذه الفئة.
 - المهيجات الميكانيكية مثل الاهتزازات الصادرة عن الغسالة أو المحففة أو مجفف الشعر أو آلة الحلاقة الكهربائية أو المدلك الكهربائي أو جرس البيت؛ صفارات الإنذار الصادرة عن سيارات الإطفاء والشرطة والإسعاف... إلخ. كما أن الاهتزازات الحركية المنبعثة من السيارات وداء الحركة (داء السفر) Motion sickness [داء السفر بالسيارات Car sickness، داء البحر Sea sickness] والمرض خلال ممارسة الألعاب الرياضية وركوب أمواج الشواطئ وركوب ظهور الخيول، كل ذلك قد يؤثر مثل المهيجات الميكانيكية. ويمكن أن تؤدي أصوات الطائرات وضجيج المرور والموسيقى الصاخبة والأصوات العالية عند طبقة معينة إلى تفاعلات أرجية أيضاً.
 - الألوان المختلفة (الأحمر، الأبيض، الأزرق، الأسود... إلخ)؛ فالأنسجة الملونة وأشياء البيت المحمولة (فرشاة الأسنان، فرشاة الشعر، الأكواب أو الصحون البلاستيكية) والدُمى والكتب ودفاتر التلوين، بل كل شيء ملون تقريباً، يمكن أن تكون متفاعلات Reactants.
- عندما يُعاني من أكثر من حالة تحسسية أو أرجية، يمكن أن تؤثر العوامل الفيزيائية فيك كثيراً؛ فإذا ارتدت امرأة زياً أزرق على سبيل المثال كانت متحسسة له (يؤثر الأزرق في خطّ الطول الرئوي Lung meridian)، وأكلت لتوها طعاماً محسّساً - لفّة قُرْفَة Cinnamon roll (القُرْفَة بهارٌ يؤثّر في خطّ الطول الرئوي)، ثم مَشَتْ في الهواء البارد (يؤثر البرد في خطّ الطول الرئوي) مع صديقها الذي كان

كثيراً ما يتجادل معها (يؤثر الحزنُ في خطّ الطول الرئوي)، يمكن أن تُصاب بمشاكل تنفسية علوية مثل التهاب الحلق Sore throat أو السعال أو التهاب القصبات أو حتى الربو في الوقت الذي تصل فيه غايتها.

وقد يكونُ بعضُ الأشخاص حسّاسين جداً للبرد أو الحرارة، سواءً أأكلوا أم لم يأكلوا شيئاً محسّساً، ولكن هذا نادرٌ؛ فلقد جاءني أحدُ مرضاي الشَّبَاب بقصة ظهور قُرَحَات فَمَوِيَّة Canker sores عندما كان يمشي في الشمس؛ ولقد تبَيَّن أنه حسّاسٌ جداً للفيتامين D (أحد الفيتامينات التي تُنتج في الجسم بمساعدة أشعة الشمس). وبعد أن عولجَ بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET بالنسبة للفيتامين D، تَراجَعَ حدوثُ القُرَحَات الفَمَوِيَّة بَعْدَ التَعرُّض للشمس.

وعلى التَّقْيِيز نَما قد يظُنُّه النَّاسُ، يمكنُ ألا يكونَ العاملُ المسبِّب لسرطان الجلد Skin cancer هو فرط التَعرُّض للشمس، لكن قد يكون ناجماً أيضاً عن أَرَجِيَّات تجاه دَهونات تَسْمِيرِ البَشَرَة⁽¹⁾ Suntan lotions أو كريمات الجلد أو كريمات الحلاقة أو نَصَلَات شفرة الحلاقة (من الفولاذ المقاوم للصدأ) أو الثياب أو غير ذلك من المُنْتَجَات المورَّجة الأخرى؛ فالاستعمالُ المتواصل لهذه المُنْتَجَات يمكن أن يُوَدِّي إلى تهييج الجلد Skin irritation، تاركاً إياه أكثر استعداداً لسرطان الجلد.

تَتَفاقَمُ الكثيرُ من الأعراض لدى المرضى، مثل ألم التهاب المفاصل والربو والشقيقة والاضطرابات العقلية، عندَ التَعرُّض للبرد أو في الأيام الباردة أو الغائمة أو الماطرة؛ وقد يُعاني هؤلاء المرضى من تحسُّسٍ شديد تجاه الكهارل أو الإلكتروليتات (الأيونات المنحلة بالكهرباء) Electrolytes أو البرد أو كلاهما معاً. كما يتفاعلُ بعض الناس، لا سيَّما الذين يعانون من الاضطرابات العقلية، تجاه ضوء القمر أو إشعاع القمر.

ويُعاني بعضُ المرضى المصابين بمشاكل تنفسية (مثل الربو أو التَّفَاخ Emphysema) من صعوبات في التنفُّس عندما يغتسلون بالماء السَّاحِن أو يزورون أماكن رطبة مثل جزر هاواي أو جُزر الكاريبي. كما قد يتفاعلُ الناسُ تجاه

(1) جعلُ البشرة أكثر سُمرَةً عندَ التَعرُّض للشمس.

المرتفعات العالية أو المنخفضة والرياح والرطوبة والجفاف والأمطار. ويُعدُّ ارتفاع ضغط الدم Hypertension والربو المشكلتين الصحيّتين الرئاستين اللتين نشاهدُهما بين سُكَّانِ الجزُر. وقد يكونُ السببُ في ذلك التحسُّسُ نحو الملح الذي لا يمكن تحنُّبه عند من يعيش قرب المحيط؛ وحتى إذا تجنَّبَ الشخصُ مدخولَ الملح عن طريق الفم، فإنَّ تنفُّسَ الهواءِ المالحِ أو البقاء في الحقل المغناطيسي للملح عدداً من السنين يكفي للتسبُّب في هذه المشاكل. ويتفاعلُ بعضُ المرضى تجاه الحرارة أو البرد بطريقة عنيفة، حيث يعانون من أوجاع وآلام خلال الأيام الغائمة أو يشكون من برودة اليدين والقدمين الشديدة حتى إذا كانت مكسوّة بالفقازات والجوارب الدافئة. ويمكن معالجة كلِّ هذه المشاكل ونجاح بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET.

يُشاهدُ الربو المحرَّض بالجُهد Exercise-induced asthma والشقيقة والثاق⁽¹⁾ Anaphylaxis والوفاة نتيجة الجُهد بشكل أكثر شيوعاً من ذي قبل، لأنَّ الناس الذين يشاركون في برامج اللياقة في مختلف أنحاء البلاد قد ازدادوا؛ فمركبات الإندورفينات Endorphins والإنكيفالينات Enkephalins تُنتجُ بمقادير كبيرة خلال التمرين، وهي الإنزيمات الدِّماغية Brain enzymes التي تمنح الشعور بالعافية. ومن الممكن أن تكون متحسِّساً تجاه الإندورفين الخاص بك وغيره من الهرمونات الأخرى. وقد يكونُ الأشخاص الذين يُصابون بالثاق خلال التمرين متحسِّسين للإندورفينات الخاصة بهم، ولذلك ينبغي أن يُعالجوا أولاً بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد تجاه هرموناتهم والتمارين التي يقومون بها قبل أن يبدأوا برنامجَ تمارين مكثِّفة.

تُعدُّ تمارين اليوغا Yoga exercises تمارين لطيفة، ويمكن أن يمارسها أيُّ شخص، ضعيف أم قوي. وهي تمارين نوعيّة تهدفُ إلى تقوية الأعضاء الحيويّة الضعيفة. وينبغي أن يبدأ المرضى الضعافُ جداً بتمرين يوغا واحد أو اثنين إلى أن يصبحوا أقوىاء بما يكفي لإضافة المزيد من التمارين إلى برنامجهم. ويمثِّلُ التمرينُ

(1) تحسُّسٌ شديد جداً، يؤدِّي إلى انخفاض ضغط الدم، وقد يسبِّب الوفاة.

طريقةٌ جيّدة لطَرْد السُّموم من أعضاء معيَّنة، والتخفيف من الإجهاد ولجَلْب الهدوء والاطمئنان بوجه عام. وينبغي ألا تُزاول اليوغا من دون معرفة صحيحة أو توجيه؛ فالأشخاصُ الَّذِي يعانون من تفاعلات أو ردود أفعال تجاه التمارين الهوائية Aerobics أو تجاه نمط آخر من التمارين يجب أن يتطلَّعوا إلى تعلُّم اليوغا، ويجري تعلُّم اليوغا في المدارس والجامعات.

العواملُ الوراثيَّة

إنَّ اكتشافَ التَّزعات أو الميول المتوقعة نحو الحالات التحسُّسية (الأرجيَّات) التي تنتقل من الوالدين والأجداد يفتح البابَّ واسعاً تجاه بلوغ صحَّة مثاليَّة؛ فمعظمُ الناس يرثون الميلَ إلى التحسُّس من آبائهم أو أجدادهم. كما أنَّ الحالات التحسُّسية (الأرجيَّات) يمكن أن تغيب عن الأجيال أو تتحلَّى بشكلٍ مختلفٍ في الآباء وأطفالهم.

لقد عانتُ بولي Polly - البالغة من العمر 35 سنة - من حالات تحسُّسية (أرجيَّات) منذ أن كانت طفلة؛ وعندما كانت بعمر 3 أسابيع، ظهرَ طفحٌ على جلدها وتحوَّلَ إلى دمايلٍ وبثراتٍ كبيرة. وقد جرَّبَ والداها مختلفَ الأدوية في محاولةٍ لشفائها، بما في ذلك المُعالِجَةُ الإِخْلَافِيَّةُ Allopathy والمُعالِجَةُ المِثْلِيَّةُ Homeopathy والأدوية العُشْبِيَّة. وأخيراً، أدَّت الأدوية العُشْبِيَّة إلى السيطرة على المشكلة نوعاً ما. ولكن حتَّى مع المعالجة بالأعشاب، بقيتُ بولي تعاني أحياناً من حالات تفشِّي (فاشيات) Outbreaks لآفات الجلدية. وعندما كانت بولي في العاشرة من عمرها، أصيبتُ بنمطٍ من الالتهاب المفصلي المُضْعَف الشَّدِيد، وقد استمرَّ ذلك حتَّى سنواتٍ مراهقتها المتأخِّرة، ثُمَّ ظهرَ لديها صُدَاع شقيقة وأرق شَدِيد مع الالتهاب المفصلي. وقد جرَّبْتُ أدويةً مختلفة من أطباءٍ مختلفين من دون الكثير من الانفراج.

لقد وُجِدَ بعدَ التقييم أنَّها تتفاعل تجاه طفيليَّات الملاريا Malaria parasites؛ فقد اكتُشِفَ أنَّ كلا والديها كانا ضحيةً للملاريا قبل أن تولد. وقد انتقلَ تأثيرُ الملاريا من والديها إليها، وتَحَلَّى ذلك في جسمها بشكلٍ مشاكلٍ جلديةٍ مفصليَّة.

وبعد أن عولجتُ بنجاح بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد ضد الملاريا، حصلتُ قفزةً نوعيةً في صحتّها، فقد تحرّرتُ من الشّقيقة والالتهاب المفصلي بعد أن عولجتُ من طفيليات الملاريا، ولا تزال بعد مضيّ 13 سنة خاليةً من الأعراض.

يستجيبُ الكثيرُ من النّاس الذي يعانون من مظاهر تحسّسية مختلفة بشكل جيّد لمعالجة العوامل المختلفة التي تسبّب الأمراض الوراثيّة؛ فقد تخلّصت امرأة كانت تعاني من الربو القصبي Bronchial asthma من هذا المرض بعد معالجتها من المكورة الرئويّة Pneumococcus (الجرثوم المسؤول عن التهاب الرئة Pneumonia). وقد ماتَ والداها بالالتهاب الرئوي بعد ولادتها مباشرةً.

يمكن أن ينقلَ الوالدان اللذان كانا مصابّين بالحمّى الروماتزميّة (الحمّى الرئويّة) Rheumatic fever المرضَ إلى ذريتهما، لكنّ العاملَ المسبّب للحمّى الروماتزميّة عند الأطفال قد لا يتظاهر بشكّله الأصلي.

كما يمكن أن تكونَ السرطاناتُ ناجمةً عن أُرْجِيَّات (حالات تحسّسية) مختلفة، كفروع للأُرْجِيَّات الوراثيّة من الوالدين أحياناً أو كأُرْجِيَّة مكتسبة من غط حياة الشخص نفسه؛ فالعواملُ الكيميائيّة المختلفة من حولنا مُسرّطنة (مكوّنة السرطان) Carcinogenic، لكن يُفضّلُ في حالات السرطان المُشخّص التحقّق من جميع الاحتمالات فيما يتعلّق بالفروع أو الأشكال التحسّسية المُنتقلة وراثياً إذا لم يستجبَ السرطان للمعالجة التقليديّة الغربيّة.

العفنُ والفُطور

يُصنّفُ العفنُ Molds والفُطور Fungi في صنف خاص بهما، بسبب الطرق الكثيرة التي يمكن أن يتعرّضَ الناسُ لها فيها في الحياة اليوميّة، حيث يمكن أن يحصلَ التعرّضُ للفُطور والعفن بالابتلاع أو الاستنشاق أو التماس أو حتّى بالحقن كما في حالة البنسلين Penicillin. كما يمكن أن تنتقلَ بشكل أبواغ أو بزيرات عالقة في الهواء Airborne spores، ممّا يجعلها تشكّلُ جزءاً كبيراً من الغبار الذي نتنّفسه أو نلتقطه في مكانسنا الكهربائيّة، أو توجد في السوائل مثل الماء الذي

نشره، أو تنمو في الزوايا المظلمة للغرف الرطبة. وقد تظهر على الجسم كما في مرض سعة القدم Athlete's foot وفي الاضطرابات المهبليّة الثتّة بشكل خاص والتي تُسمّى "عَدَوَى الخمائر Yeast infections" عادةً. ويُعدّ العَقْنُ والفطور، واللذان يَنموَان على الأشجار وفي التربة الرطبة أيضاً، مصدرّاً للطعام (الكَمّأة Truffles والفُطر Mushrooms) والمرض (السَّعَفَة Ringworm وعَدَوَى الخمائر الآنفَة الذَّكَر) وحتّى للأدوية (البنسلين).

تتفاوتُ التفاعلاتُ تجاه هذه المواد مثل التفاعلات تجاه الأنواع الأخرى من الأرجبيّات، لأنّها تمثّلُ جزءاً لواحد من أكبر التّصانيف المعروفة في الكائنات البيولوجيّة. ويتضاعفُ عددُ التفاعلاتُ بشكل كبير بسبب عدد الطرق التي يمكن أن تدخل فيها جسم الإنسان.

تُعدّ الفطورُ طفيليات تنمو على كلّ من المواد العضويّة الحيّة والبالية، بما في ذلك بعض الأشكال التي تنمو في جسم الإنسان. وتمثّلُ سعة القدم مثلاً رئيسياً، فهي حالة ينمو فيها الفطرُ البشري المتطفّل في أي مكان من الجسم توجد فيه رطوبةٌ وغير معرّض لأشعة الشَّمْس أو الهواء. ويصعبُ التخلّصُ من هذا الفطر بشكل خاص، حتّى بالمعالجة الدّقيقة المكوّنة من مُستحضَر موضعي والتنظيف اليومي المتكرّر للناحية والمُسحوق الطّبي وارتداء الجوارب القطنيّة الخفيفة لتجنّب المزيد من العدوى من الأصبغة الموجودة في مادّتها.

ينتقلُ مرضُ سعة القدم من شخصٍ إلى آخر في أيّ مكان يكون فيه احتمالُ التماس مع الفطر عالياً: في أثناء التمارين الرياضيّة، أماكن الاستحمام، الغرف المُغلّقة، وغير ذلك من المناطق التي يتشارك فيها النَّاس المرافق أو يحشون حافيين؛ فإذا كانت هناك حالةٌ حقيقيّة من مرض سعة القدم، فهي تشفى بالمعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد NAET، لكن هناك أرجبيّات معيّنة (مثل التفاعلات تجاه الجوارب المصنوعة من القطن أو الأورلون Orlon أو النايلون... إلخ) يمكن أن تقلّد سعة القدم. وفي مثل هذه الحالات، ينبغي أن تُعالج بالنسبة إلى الأنسجة مثل القطن والنايلون والبوليستر والصوف... إلخ للتخلّص من الأعراض، حيث يمكن ألا تستجيب سعة القدم للأدوية.

قدم مايك Mike البالغ من العمر 31 سنة إلى العيادة بهدف المعالجة من سعة القدم؛ وقد صرّح عند مقابله بأنها يعاني من سعة القدم منذ سنين، ولم يستفد من معالجة قدميه باستعمال العديد من الأدوية التي جرّها على مدى سنين. ولم تكن العدوى مؤرقة له ومؤلة فحسب، بل خربت أظافر قدميه أيضاً. لقد ازدادت المشكلة إلى درجة بدأت معها بالتأثير في حبه للتنس. وفي أثناء اختبارات التحسس، تبين أنه كان متحسّساً للقطن في جواربه، كما ذكر أنه كان يحفّف قدميه بمناديل قطنية. وقد شُفيت سعة القدم لديه بعد معالجته من التحسس للقطن.

يمكن أن يؤدي التحسس للقطن أو الأورلون أو النايلون أو الورق إلى تفشي حالات العدوى، بما في ذلك الفطريات الرقبة *Ascomycetes fungi* (خمائر) التي تعدّ مزرعة جداً للنساء. كما أن التحسس للفوط النسائية ومناديل المراحيض الورقية والمرشّات ومزيلات الروائح يؤدي إلى حالات عدوى شبيهة بالخمائر. وقد كانت إحدى مريضاتي تتحسس تجاه أي شيء تأكله من ثلاّجتها. وقد أثبتت المزيد من الاستقصاءات أنها كانت متحسّسة تجاه الفطر والعفن الموجودين في الثلاّجة.

كما شكت مريضة أخرى من ألم ذبّحي Angina pain متكرّر ومشاكل جيبية Sinus problems واضطراب في النظم Arrhythmia والتهاب متكرّر في العين... إلخ، وشفي كل ذلك تماماً بعد معالجة الفطور. ومع أن السبب لم يكن الأطعمة المثلّجة، لكنّها أصيبت بها من مصدر لم يكن متوقعاً، ألا وهو كلبها؛ فقد كان يعاني من مشكلة جلدية فطرية غير معروفة، ولذلك عولج الكلب أيضاً ضد الفطر، فتحسّنت المشكلة عند كل من الكلب وصاحبه على السواء.

عرفت إحدى المريضات أن لديها تحسّساً تجاه أشجار الدردار Elm trees منذ الطفولة؛ وعندما كانت تُعالج من هذا التحسس، تفاقمت حالتها، فقد تفشّى شرى واسع على كامل جسمها، واحتاجت إلى مُعالجات مُتكرّرة من أشجار الدردار على مدار الأسبوع. ومع نهاية الأسبوع، لم يُشفَ جلدها فحسب، بل كانت معظم الحالات التحسسية الأخرى قد تراجعت كثيراً أيضاً.

الضُّغُوطُ الانْفَعَالِيَّةُ

يمكن في كثير من الأحيان، عند تَعَقُّب منشأ الأعراض الجسدية، معرفة أنها تعود إلى بعض الرضوض العاطفية أو الانفعالية غير المُعالَجة؛ فكلُّ خلية في الجسم (خطوط الطول) لديها القدرة على الاستجابة جسدياً وفيزيولوجياً ونفسياً تجاه أنشطتنا اليومية. وعندما تجري الطاقة الحيوية بشكل متساوٍ ومتواصل عبر مسارات الطاقة (خطوط طول الوخز الإبري)، يقوم الجسم بوظائفه بشكل طبيعي. أما عندما يوجد خللٌ في جريان الطاقة عبر خطوط طول (زيادة أو نقصان)، قد تحصل عَوَائِقُ في الطاقة، مما يؤدي إلى أعراض انفعالية مختلفة على مستوى خطوط الطول تلك. واستناداً إلى نظرية الطب الشرقي، هناك سبعة عواطف أو انفعالات رئيسية يمكن أن تسبب مشاكل صحية مرضية عند الناس: الحُزن (الرثّة)، البهجة (القلب)، الاشتزاز (المعدة)، الغضب (الكبد)، القلق (الطحال)، الخوف (الكلية)، الاكتئاب (التأمور⁽¹⁾ Pericardium).

فمثلاً، اشترى رجلٌ يبلغ من العمر 65 سنة بطاقة حظ (يانصيب) من كاليفورنيا، وهو رجلٌ كافح طوال حياته في سبيل المال؛ وبعد أن استمعت حفيدته إلى الأرقام الرابحة في نشرة الأخبار، أعلنت بأنه ربح بطاقة بقيمة 87 مليون دولار. لم يصدق الرجل ذلك، فنهض من كرسيه وأخرج بطاقته من جيبه وقارن الأرقام التي كتبتها حفيدته على ورقة. وعندما تحقق من أنه كسب اليانصيب، غمرته السعادة، وعاد إلى كرسيه ممسكاً بالبطاقة الرابحة ومحدقاً بعينين واسعتين. لن تُغلق هاتان العينان ثانية، فلقد تدفقت دفقة مفاجئة من الطاقة الفائضة في خط طول قلبه، وأدت إلى توقفه.

ويمكن إيجاد المزيد من الإيضاح حول الضُّغُوط الانْفَعَالِيَّة في الفصل 18 "الأرجية (التحسس) والجسم، العقل والروح".

(1) التأمور هو غلاف القلب الخارجي، يحيط بالقلب ويسهل حركته (م).

الفصل الثالث

تشخيص الأرجبيات (الحالات التحسسية)

تَحْصُلُ الْحَالَاتُ التحسسية لدرجة أكبر بكثير مما يتخيَّله النَّاسُ؛ ففي كلِّ سنة هناك الكثير والكثير من الحالات المشخَّصة للحساسية في الولايات المتحدة. وتُظهِرُ الإحصائياتُ أن 50٪ من النَّاسِ على الأقل يُعانون من أشكال حادَّة قليلًا أو كثيرًا من الأرجبية (التحسُّس). ويجد معظم النَّاسِ اهتمامًا في فهم الفوارق و/أو التشابهات في طرائق التشخيص وكفاءة المعالجة ومدَّتها بين الطبِّ الغربي التقليدي والطبِّ الشرقي. وبما أنَّ الغرضَ من هذا الكتاب هو تقديم معلومات عن طريقة المعالجة الجديدة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET، فسوف نركِّز الاهتمامَ أكثر على الطبِّ الشرقي.

إنَّه من المهم جدًّا في طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET أن يستعاونَ المريضُ مع الطَّبيب للحصول على أفضل النتائج. ومن المأمول أن يساعدَ هذا الفصلُ على تقديم فهمٍ أوضح بين اختصاصي الأمراض التحسسية ومرضاهم، وذلك لأنَّ الحصولَ على أفضل النتائج المُقنَّعة يحتاج إلى تعاونِ كلا الفريقين مع بعضهما البعض.

تَقُومُ الخطوةُ الأولى في تشخيص التحسُّس على حصول اختصاصي التحسُّس أو الأرجبية Allergist على قصَّة مرضية شاملة من المريض، بما في ذلك سجل عن أيَّة أعراض تحسسية في عائلته، فضلًا عن أشياء أخرى. وينبغي أن يُسألَ المريضُ عمَّا إذا كان والده أو والدته يعانيان من الربو أو حمى الكلا Hay fever، حتَّى لو كان يُعاني من الشرى أو يُؤدِّي تفاعلًا تجاه حقن المصل Serum injection (مثل مُضاد ديفان الكُرَّاز Tetanus antitoxin أو اللُّقاح الثلاثي⁽¹⁾ DPT)، أو يُعاني من أيِّ نمطٍ

(1) هو لقاحُ الخناقِ "الدفتيريا" والسعالِ الديكيِّ والكُرَّاز (المترجم).

من الاضطراب الجلدي. كما أن اختصاصي التحسس سيسأل عمّا إذا كان والد المريض غير قادرين على تناول بعض الأطعمة أو يعانيان من التهاب الجيوب أو سيلان الأنف أو نزلات البرد المتكررة أو الأنفلونزا؛ أو لديهما عسر هضم أو سوء هضم أو أية اضطرابات أخرى يمكن أن يساهم فيها التحسس (مع أنها غير مُشخصة).

كما تُسأل الأسئلة نفسها عن أقارب المريض: الأجداد والأخوال والأعمام والأشقاء الذكور والإناث وأبناء العم؛ فالتحسس قد لا يُورث دائماً من الوالدين مباشرة، فقد يغيب لأجيال أو يظهر في بنات الأخت أو أبناء الأخ بدلاً من الأحفاد المباشرين.

كما يحدّد اختصاصي التحسس الحاذق ما إذا كانت بعض الأمراض موجودة أو سبق أن حدثت في التاريخ العائلي للمريض، مثل السل أو السرطان أو الداء السكري (داء السكر) أو الاضطرابات الروماتيزمية أو الغدية. وتساعد جميع هذه الحقائق على إعطاء اختصاصي التحسس صورة أكثر اكتمالاً عن الخصائص الوراثية للمريض. إن الاستعداد أو الميل إلى التحسس *Allergic tendency* صفة موروثة، وقد تظهر بشكل متباين بين مختلف الناس. أمّا الاضطراب التحسسي الفعلي، مثل الربو، فهو على النقيض من الميل إلى التحسس، لا يُورث دائماً. وقد يكون لدى الوالدين سرطان أو حمى رئوية (روماتيزم) لكن الطفل يُصاب بالربو كمظهر لهذه الوراثة التحسسية.

بعد أن تكتمل القصة العائلية، يحتاج اختصاصي التحسس إلى الخوض في قصة الهجمات التحسسية (الأرجية) عند المريض. وتشتمل بعض الأسئلة التمهيدية في هذا السياق على: "متى حدثت الهجمة الأولى لديك؟، هل حصل التحسس لأوّل مرّة عندما كنت رضيعاً أم طفلاً؟ أم لاحظت الأعراض أوّل مرّة بعد اكتمال نموك؟ هل تحصل بعد قيامك بإجراء معين؟ فمثلاً، هل حصلت أوّل مرّة بعد إجراء سنّي مثل عمليّة على قناة الجذر Root canal؟"؛ فقد ذكرت إحدى مريضاتي أن الربو لديها حدث لأوّل مرّة بعد 4 ساعات من عمليّة على قناة الجذر. وقد كانت متحسّسة لنسيج الطّبرخي⁽¹⁾ Gutta Percha الذي استعمل في عمليّة قناة الجذر.

(1) مُستحضّر تَبَائِي يُستعمل في تَجْهِيز الكسور، وَحَشْو قنَوَات جُذُور الأَسْنَان (المُترجم).

وبعد الحصول على القصة الدقيقة، يكتشف اختصاصي التحسس الأعراض الأولى التي حصلت في الطفولة الباكرة للمريض غالباً؛ فقد يكون عانى من إكزيمة طفليّة Infantile eczema، لكنّه لم يربط أبداً بينها وبين الربو الذي يمكن ألا يظهر حتّى متوسط العمر.

ثمّ يسعّى الطّبيب إلى معرفة الظروف المحيطة بالأعراض الأولى والسّابقة لها مباشرة. وتشتمل الأسئلة النموذجيّة في هذا الإطار على: "هل غيرت قوتك أو اعتمدت على قوت معيّن؟ هل أكلت شيئاً ما لم تأكله مؤخراً (ربّما لشهرين أو

ثلاثة)؟ هل أكلت خطأ من الأطعمة بشكل متكرّر ويومي خلال بضعة أيام؟ هل حصلت الأعراض بعد مرض في الطفولة (السعال الديكي، Whooping cough، الحصبة، Measles، الحماق Chicken pox، الخناق Diphtheria) أم إثر لقاح ما لها المرض؟ هل

لقد زال السعال المزمن!
لقد عانت س.ر. من سعالٍ مستمر لأكثر من سنة؛ وبعد معالجتها بأسلوب التوازن الدماغي الجسدي Brain-Body-Balancing Formula (BBF) (نموذج مع المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نلمبودرياد (NAET)، توقفت عن السعال وبقيت كذلك طوال الأشهر الستة الماضية. إن طرائق إزالة التحسس بحسب نلمبودرياد NAET رائعة.

حصلت بعد مرض آخر، مثل الأنفلونزا (النزلة الوافدة) أو التهاب الرئة أو بعد عملية كبيرة؟ هل ظهرت الأعراض للمرّة الأولى عند المراهقة أو بعد أن رزقت بطفل؟ هل لاحظت الأعراض أوّل مرّة بعد أن اقتنيت قطعة أو كلباً أو حتّى طيراً؟ هل ظهرت بعد حادث سير أم رض جسدي أو نفسي كبير؟ هل كان ظهورها بعد تعرّض مطوّل للشمس أم في يومٍ على الشاطئ أو بعد لعبة غولف؟

يمكن أن يكون أيّ من هذه العوامل مسؤولاً عن تحريض تظاهرة تحسسية شديدة، أو التسبب في الأعراض الملحوظة الأولى للحالة التحسسية. ولذلك، من المهمّ جداً الحصول على أجوبة شاملة ودقيقة عند أخذ القصة الطّبيّة للمريض.

وهناك أسئلة هامة أخرى ترتبط بتأثير الهجمات أو التوب وحدوثها؛ فمع أن الأطعمة قد تساهم في الأمر، فإن حدوث الأعراض في أوقات معينة من السنة فقط، يُرجح أن تكون المشكلة بسبب غبار الطلع. وغالباً ما يكون المريض متحسّساً لبعض الأطعمة، لكن لديه تحملاً طبيعياً يحول دون حصول المرض إلى أن يُضيف غبار الطلع مُستأرجات كافية للإخلال بتوازن الجسم. وإذا ما حدثت الأعراض في أيام معينة من الأسبوع فقط، فقد تكون ناجمة عن تناول أو التماس مع شيء ما في ذلك اليوم.

يمكن أن تبدو أسباب الهجمات التحسسية في مختلف المرضى عشوائية في بادئ الأمر؛ فالهجمات الأسبوعية المنتظمة للعطاس والتحسس الأنفي كانت تحصل عند أحد المرضى بعد أن يقرأ جريدة الأحد (الصندي)، حيث أدى الحبر إلى تفاعل تحسسي شديد. كما تفاعل مريض آخر بشكل مشابه تجاه القسم الهزلي في الصحيفة. وكان أحد الأشخاص يشكو دائماً من نوبة تحسسية معدية معوية صباح الأحد. وعند تعقب السبب تبين أنه نتيجة تناول البيتزا العادية في ليلة كل أحد مع عائلته. فقد كان متحسّساً لصلصة الطماطم (البندورة) الموجودة في البيتزا. وهناك مريضة أخرى كانت تعاني من هجمة عطاس تحسسية وسيلان أنفي أيام السبت، وقد تبين أن السبب هو المركبات الكيميائية في الدهون Lotion الذي استعملته لتثبيت شعرها بعد الظهر من أيام الجمعة.

ساعت طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET على التخلص من كيميالت في الثدي!

كانت ماري امرأة بصر 58 سنة، عندما وضعت مؤخراً على عدد من الأدوية بسبب كيميالت ليفبروسا Fibrocysts في نسيج الثدي لديها. وبعد شهر، ظهرت عندها كمية كبيرة مملوءة بالمسائل في غنكها الدرقية. وعندما عولجت بنجاح بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET بالتمسبة إلى الأدوية الموصوفة لها، نقص حجم الكمية إلى نصف ما كان عليه، ثم اختفت الكمية تماماً بعد نحو شهرين إضافيين. وقد شكرت ماري الدكتور ديفي Dr. Devi وطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET، حيث لم تعد بحاجة إلى استئصال غنكها الدرقية.

كما أن الوقت من النهار والذي تحصل فيه الهجمات هام أيضاً في تحديد سبب التظاهرة التحسسية؛ فإذا ما كانت تحصل ليلاً بشكل دائم، فمن المرجح وجود شيء ما في غرفة النوم يُفَاقِم الحالة، حيث قد يكون المريض متحسساً لحشوة الوسادة أو اللحف أو الخزانة الخشبية أو الأرض الرُخامية أو السجاد أو المناضد الجانبية أو أغطية السرير (الشراشف) أو الوسادات أو أكياس الوسادات أو المنظفات المستعملة في غسل الثياب أو النباتات داخل المنزل أو الشجيرات أو الأشجار أو الأعشاب خارج نافذة غرفة المريض.

ويتفاعل العديد من المرضى بشكل عنيف تجاه غبار المنزل والأعاط المختلفة من الأثاث والملمعات والدهان ونباتات المنزل وماء الحنفية والماء المنقى؛ فمعظم مصادر ماء المذن تغير المواد الكيميائية فيه مرة أو مرتين في السنة فقط. ومع أن ذلك يحدث لأهداف نبيلة، يمكن أن يتضرر المصابون بحالات التحسس الكيميائية عندما يشربون المواد الكيميائية نفسها على مدى أشهر أو سنين. وخلافاً للتفكير الغربي التقليدي، قد تكون المناعة الناشئة استثناء أكثر منها قاعدة.

ويؤدي تغيير المواد الكيميائية من حولنا من حين إلى آخر إلى تبديل المستأرجات بالنسبة إلى المرضى المتحسسين، مع إعطاء الفرصة لهم للشفاء من التفاعلات الموجودة. وبذلك، يمكن تجنب التعرض المتكرر للمواد الكيميائية نفسها.

يأتي ماء الشرب من مصادر مختلفة، وتمثل المصادر الرئيسية في المياه الجوفية والسطحية. وتشتمل مصادر المياه الجوفية على الطبقات الجوفية تحت الأرض والآبار والينابيع. ويأتي الماء إلى معظم الطبقات من الماء السطحي الذي يضم البحيرات والبحار والأنهار. ويؤدي إغراق التربة بالملوثات إلى تلوث كلا المصدرين. فهي تُحمل إما إلى المصادر الجوفية (مثل الآبار والينابيع) عبر التربة أو عبر الثلج الذائب فوق التربة الملوثة إلى البحيرات والأنهار.

كما قد ينجم التلوث Contamination عن التدرُّك (التفسُّخ) الطبيعي Natural degradation للنباتات أو المواد الحيوانية أو الملوثات في الهواء والمطر. وتتلوث المياه السطحية أيضاً بواسطة البحيرات والأنهار والبحر الملوثة من خلال

التسرُّب المباشر للملوثات من حوادث التسرُّب والمبيدات الحشرية والبالوعات ومواقع دفن النفايات والقمامة وتسرُّب الغازولين أو الديزل والنفايات الصناعية والجراثيم والفيروسات والطفيليات (الديدان المدوّرة "الممسوّذات" Roundworms والديدان الشصية Hookworms والشريطيات Tapeworms).

وُستعمل الكلّورة (المعالجة بالكلور) Chlorination في الولايات المتحدة كمطهر أساسي في أنظمة الشرب. ومع أنّ الكلّورة تقتل معظم الجراثيم، لكن الفيروسات لا تتخرب بأيّ من عمليّات التطهير هذه. كما تُستعمل ثلاثيات الهالوميثان Trihalomethanes (التي تمثّل منتجاً ثانوياً للكلور) في تطهير الماء أيضاً. ويُستخدم الأوزون كمطهر لماء الشرب. ومن المعروف أنّ بعض هذه المواد الكيميائية تسبّب السرطان والعيوب الخلقيّة واضطرابات الجهاز العصبي وتضرّر أعضاء الجسم والكثير من الأمراض غير العكوسة (الدائمة) الأخرى.

ويستفاوت مقدار وقوّة الملوثات والمطهرات في الماء؛ ويمتزج الكثير من هذه الملوثات مع الماء في أية منطقة معيّنة بعد المطر الشديد أو الطوفان. ونشاهد وباء التزلة الوافدة (الأنفلونزا) عادةً بعد أوّل مطر شديد في هذه المنطقة.

كانت تينا Tina البالغة من العمر 54 سنة تعاني من نوبات متكرّرة من الدوخة وخفّة الرأس خلال السنوات الأربعة الماضية. وقد كان يحصل لديها قرابة 6-7 نوبات في أيام معيّنة. كما عانت تينا من ألم مفصلي شديد متصاحب بإحساس وأخز في جسمها كلّها. وقد شعرت في بعض الأحيان بتعب شديد، كما اشتكت من أرق بالغ وصداع شقيقة متكرّرة. لقد خضعت تينا للفحص من قبل عدد من الاختصاصيين، وتعرّضت لصور شعاعية مختلفة وصور شعاعية طبقية محورية CAT scans وصور بالرنين المغناطيسي MRI للدماغ والرأس والرقبة. كما أُجري لها تقييم نفسي متكرّر. ووصف طبيها لها مكملات هرمونيّة وحديد، دون أن تحصل على فائدة. وقد كلّفها بحثها غير المُحدي عن تشخيص صحيح لحالتها ومعالجة ناجحة آلاف الدولارات.

وأخيراً، أُحيلت تينا إلى عيادتنا. لم تكشف قصّتها المرضيّة عن أيّ شيء ذي أهمية، بينما أظهرت الاختبارات الحركيّة Kinesiological tests أنّ المشكلة برمتها

كانت بسبب شُرْها لشيء ما يومياً. ويُنَ المزيْدُ من الاستحباب أنْ تينا قد رَكِبَتْ مرشّح ماء Water filter في كلِّ بيتها قبلَ أربع سنوات. لقد اكتشفنا على الفور أنْ تينا كانت متحسّسة جداً للمادة الكيمياءية الموجودة في المرشّح، فقد استعملتْ الماءَ المرشّحَ للشرب والعَسيل والاستحمام. وبعد الامتثال لنصيحتنا في فصل جهاز الترشيح لفترة من الزمن، تحسّنتْ صحتّها بشكل ملحوظ، لكنّ أعراضها لم تختفِ تماماً إلى أنْ عولجتْ بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد NAET من المادة الكيمياءية الموجودة في المرشّح. وبدأت بعد ذلك باستعمال مرشّح الماء من دون أية تفاعلات ضارّة. وقد مضت ستان، ولا تزال تينا في صحّة ممتازة من دون أي أثر لمشاكلها السابقة.

ينبغي أن يطلبَ الطيّبُ من المريض أن يضعَ سجلاً يومياً بجميع الأطعمة التي يأكلها، إذ لا بدّ من تحرّي المكونات الموجودة في الأطعمة بحثاً عن مُستأرجات مُحتملة، حيث تُستعمل بعضُ المُستأرجات الشائعة - مثل مُنتجات الذرة والغلوتامات الأحادية الصوديوم (MSG (Monosodium glutamate or Accent وحمض الستريك (حمض الليمون)... إلخ - في تحضير الطّعام.

إنّ التحسّسَ للذرة هو أحدُ أكثر أنواع الأرجيات شيوعاً، لا سيّما في مرضى الربو والتهاب المفاصل. ولكنّ نشأ الذرة Cornstarch - وللأسف - يوجد في كلّ طعام مُعدّ (مُصنّع) تقريباً، وفي بعض أدوات النّظافة والمسايق والأدوية أيضاً. كما تحتوي الأطعمة الصينية وصودا الخبز (بيكربونات الصودا) Baking soda ومسحوق الخبز Baking powder ومعجون الأسنان على مقادير كبيرة من نشأ الذرة. وهو المُنتجُ الرّابط Binding product في جميع الفيتامينات والأقراص الدوائية تقريباً، بما في ذلك الأسبرين والتيلينول Tylenol. ويُعدُّ شرابُ الذرة Corn syrup المحلّي الطبيعي في الكثير من المُنتجات التي نأكلها، بما في ذلك الأشربة غير الكحولية. وتوجدُ شُعيراتُ كوز الذرة Corn silk في مواد التجميل، كما يُستعملُ زيتُ الذرة كزيت نباتي.

يتفاعلُ الناسُ بشدّة تجاه اللّبان Gums المستعمل في الكثير من المُستحضرات: لبّان الخروب Acacia gum ولبّان الرّائتين Xanthine gum ولبّان جوز الرّنج

Karaya gum ... إلخ. ويُستعملُ العديدُ من أشكال اللِّبان في قضبان الحلوى والزبادي والجبنة الكريمية والمشروبات غير الكحولية وصلصة الصُّويا والوجبات السريعة والمعكرونة والجبين... إلخ.

جاءتنا ماري البالغة من العمر 43 سنة بألم شديد في ثديها الأيمن؛ وقد كانت لديها قصة خراجات متكررة في الثدي، مع سوابق شقوق جراحية ونزح للخراجات سبع مرّات خلال آخر سنتين. كما كانت تتناول المضادات الحيوية طوال السنة. وبعد استجوابها، تبينَ لنا أنَّ المشكلة الرَّاهنة بدأت بعد أن أكلت قطعة من فطيرة الجبن. وعندما فحصنا مكوّناتها، اكتشفنا أنَّ اللِّبانَ في جبنة الكرم كان أحد المكوّنات الرئيسيّة في فطيرة الجبن التي تناولها، ولقد كانت تتناول الكثير من اللِّبان بأشكال مختلفة كلَّ يوم. وبعد معالجتها من هذا اللِّبان، لم تُعُدْ تُعاني من خراج آخر على مدى 18 شهراً.

يُعَدُّ الخَرْبُوبُ⁽¹⁾ Carob (عنصر رئيسي في العديد من مُنتجات الطّعام الصحيّ) مادةً أخرى تسبّب الكثير من الأمراض الشائعة عندَ الناس المتحمّسين؛ ويتحوّل الكثير من الأشخاص المهتمّين بالصّحة إلى منتجات الطّعام الطّبيعي، حيث يُستخدَمُ الخَرْبُوبُ كبديل عن الشوكولاته والكاكاو. كما يُستعملُ كملوّن طبيعي أو عامل تَصليب Stiffening agent في المشروبات غير الكحولية والجبين والصلصات... إلخ. وقد اكتشفنا أنَّ بعض أسباب "نزلة أو أنفلونزا العطلات Holiday flu" هي حالات تحسّسية تجاه الخَرْبُوب والشوكولاته والدّيك الرّومي.

جاءتنا هيلينا البالغة من العمر 37 سنة إلى العيادة خلال الأسبوع الأوّل من آذار/مارس؛ وكانت قصتها المرضيّة مكوّنة من ألم شديد موجع تحت ثديها الأيسر عندَ مستوى الضلعين السّادس والسّابع؛ كما كان طحالتها متضخّماً ومُمتلئاً (مؤلماً بالجلوس). لم تظهرَ الفحوصُ المختبريّة الاعتياديّة سوى ضخامة طفيفة في الطّحال. وعندَ استجوابها بالتفصيل، اكتشفنا أنّها قد أكلت بعض الكرز المغطّى بالخَرْبُوب خلال فترة أعياد الميلاد. وفي الواقع، كانت قد تناولت نحو 25 قطعة من هذه القطع الخاصّة خلال 3-4 أيّام. وهي عملت موزعةً في شركة غذائيّة، واستعملت

(1) تَبَات من الفَصيلة القرنيّة.

الشراب البروتيني ومخفوق الحليب الخاصين بهذه الشركة، حيث استعمل الخروبُ كعامل مُنَكِّه (مسبَّب للنكهة) Flavoring agent. لقد وجدنا باختبارات الاستجابة العضلية أن هيلينا كانت متفاعلة بشدَّة (متحسَّسة) تجاه الخروب. وبعد معالجتها بنجاح بواسطة طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET، تَخَلَّصَتْ من ألمها المُزْعِج، وعادَ طحالُها إلى حجمه الطبيعي ثانية؛ كما عادت إلى تناول المنتجات الغذائية من دون أي انزعاج جديد.

وبعدَ الانتهاء من قصَّة المريض، ينبغي على اختصاصي التحسُّس (الأرجية) فحصُ العلامات الحيوية المألوفة لدى المريض. ويُجرى الفحصُ السريري لتحري أي نمو شاذ أو حالة مرضية. ومن المهمَّ معرفة نمط الألم ومنطقته وعلاقته بموضع الوخز الإبري. وباستثناء الرضوض، يحصل معظمُ الألم في الجسم حولَ بعض نقاط الوخز الإبري الهامة عادةً.

هناك 12 خطأً رئيسياً للوخز الإبري في الجسم. وتشبه مسالك الطاقة (خطوط الطول) هذه أثماراً تبدأ من المنبع وتجري إلى المصب؛ وتلتحقُ عدَّة قنوات وفروع مختلفة بالنهر الجاري خلال مسيره. وذلك، تكون نقطة بدء خطِّ الطول نقطة النهاية عادةً في طرف، أو يد أو قدم؛ وتسيرُ خطوطُ الطول إلى النهاية الأخرى من الجسم عادةً.

كما يكونُ لخطوط الوخز الإبري قنوات وفروع مختلفة. ويغطِّي 12 خطأً، مع قنواتها وفروعها، كلَّ جزء من الجسم البشري تقريباً. ويُدرَّبُ المُعالِجُ بالوخز الإبري Acupuncturist على فهم التوضُّع الدقيق لمسالك هذه الخطوط. ولذلك، يُعدُّ توضُّع الألم هاماً جداً؛ فمن خلال التعرف إلى موضع الألم، تستطيع التعرف إلى منطقة عائق الطاقة، كما يستطيع المُعالِجُ بالوخز الإبري الخبير اعتباراً من هذا الموضع أن يكتشف خطوطَ الطول والأعضاء والعضلات والجذور العصبية المرافقة لهذا العائق، ثُمَّ يصبح قادراً على وَضْع التشخيص المناسب من خلال تَقْيِيم الأعراض الرَّاهنة (اقرأ الفصل العاشر للوقوف على الأعراض المرضية المتوقعة)، والتعرُّف إلى المُستأرج (المُحسَّس) الخاص المسبَّب للمشكلة القائمة. وعند معرفة مصدر المشكلة، تصبح المعالجة أسهل.

الفصل الرابع

طريقة اختبارات نامبودريباد

يُشَبَّه دماغنا حاسوباً رفيع التطور، متفوقاً على حواسيب من صنع الإنسان، فيما يتضمَّن من مستويات وظيفية؛ ويمكن إدخال مقادير هائلة من المعطيات فيه. ويحتاج دماغنا إلى إعادة البرمجة بالأسلوب الذي نرغب فيه حتى يقوم بوظائفه؛ فإذا لم نَقمْ بإعادة برمجته، لا يمكن أن يستجيب بشكل مناسب.

ويمكن إعادة برمجة حاسوبنا البشري لمصلحتنا؛ فنحن نُولد بدماغ يشبه حاسوباً مركباً ومبرمجاً وجاهزاً للاستعمال؛ فإذا كنَّا سعداء ببرنامجنا القائم، فلن نقوم بأيّ تغيير، وإنما نحتاج إلى الرّعاية الجيدة له فقط. ولكن إذا لم نكن سعداء بالبرنامج القائم، يمكن عندها أن نعدّله أو نعيده كتابته. ومثلما نقوم بالتصحيح في شاشة الحاسوب، ربما يكون علينا أن نَمسح كُلّ مدخل Entry غير صحيح، واحداً بعد الآخر، مع استبداله بمُدخل أكثر ملاءمة. وكلّما زادت مرّات التصحيح، زادت الفترة اللازمة لإدخال المعطيات الصحيحة. وبالعودة إلى التفاعلات التحسّسية، نستطيع القول إنّّه إذا كان لديك الكثير من الحالات التحسّسية، فقد يستغرق الأمرُ شهوراً أو سنوات قبل التمكن من معالجتها وتصحيحها جميعاً.

تشتمل طريقة الاختبارات بحسب نامبودريباد على طرائق التقييم التالية:

1. القصة المرضية History

- يجب أخذ القصة المرضية الكاملة للمريض.
- إعطاء نموذج لتقصّي الأعراض إلى المريض حتى يسجّل عليه مستوى الانزعاج الذي يعاني منه ونمط هذا الانزعاج.

2. الفحص الجسماني الطبي Physical examination

- مراقبة الحالة الذهنية والوجه والجلد والعينين واللون والوضعية والحركات والمشية واللسان والتدبّات والجروح والعلامات ومفرزات الجسم... إلخ.

3. العلاماتُ الحيويّة Vital signs

- تقييم ضَغْط المريض ونبضه ودرجة حرارة جلده والآلام المُحسوسة في مسارات خطوط الطول... إلخ.

4. اختبار مقاومة الجلد Skin resistance test

- يُجرى هذا الاختبارُ للتحريّ عن وجود أو غياب مُستأرج مُشتبه فيه أو به Suspected allergen، ويكون ذلك من خلال جهاز إلكتروني مُحوسَّب للاختبارات الجلدية الكهربائية؛ وتلاحظ الفوارقُ في القراءات المقيسة (كلّما زاد الفارقُ زادت قوّة التحسُّس أو الأرجية).

5. اختباراتُ الاستجابة العضلية Muscle response testing

- تُجرى هذه الاختباراتُ لمقارنة قوّة عضلة محدّدة مُسبقاً بوجود المُستأرج (المُحسَّس) المُشتبه فيه وغيابه.

6. اختباراتُ قياس قوّة التقلُّص العضليّ Dynamometer Testing

- يُستعملُ مقياسُ قوّة التقلُّص العضليّ اليدوي لقياس قوّة الأصابع (0-100) بوجود المُستأرج المُشتبه فيه وغيابه.

وحتى يتحقّق الهدفُ أو الطريقة المرادة من الحياة، ينبغي عليك أن تتأكّد من أن حاسوبك مبرمجٌ بشكل صحيح بحيث يلائم حاجاتك. كما يجب أيضاً أن تتفحصَ المُعطيات الأساسية، وأن تعاينها بدقّة بحثاً عن أيّ غلط متضرّر ذاتياً من المعلومات، هذا النمط الذي قد يوجد في أيّ جزء من البرنامج؛ فإذا وجدت مثل هذه المعلومات الخاطئة، ينبغي أن تُمسحها أو تعيد كتابتها. وباستعمال اختبارات الاستجابة العضلية تستطيع أن تتفحصَ حاسوبك، وتبحث عن البرنامج الضار، وبذلك تستطيع أن تثبته أو توقفه. ورغم أن هذه العملية تحتاج إلى وقت، لكنّها تستحقّ القيام بها إذا أردت أن تعيش حياةً ملؤها الصّحة؛ فأنّ تستطيع إدخال "البرنامج" في دماغك بطرائق كثيرة. وتعدّ اختبارات الاستجابة العضلية إحدى هذه الطرائق، كما أنّ طرائق إزالة الحساسية بحسب نامبودرياد هي طريقة لإعادة تنصيب أو إعداد البرنامج مع الرّسالة أو المُعطيات الصحيحة.

وهناك طريقة محتملة أخرى لتغيير البرنامج من خلال التحقق أو الإثبات Affirmation؛ فإذا كَانَ التحققُ إيجابياً، سيعيد جزءٌ من الدماغ (تحت (دون) الشعور Subconscious) كتابته بشكل إيجابي؛ ولنضرب مثلاً على ذلك: أنا أرغبُ بأن أكونَ بحالةٍ صحيّةٍ جيّدة، أو أرغبُ بأن أكونَ روحانيّاً أو أن أكونَ غنياً... إلخ؛ فإذا أدخلتَ التحققَ بشكل سلبي، عندها سيرمّز الدماغُ ذلك بشكل سلبي. ويحصلُ الدّخْلُ Input السلبي والإيجابي بشكل مستمر في حياتنا اليومية دون أن نفكرَ في ذلك؛ فأنت قد تسمعه في الأغاني التي تُنصت لها، والعروض التلفزيونية التي تشاهدها، وفي المحادثات التي تدور من حولك، وفي جلسات الحوار بين الأصدقاء، وفي أيّ مكان. وعندما يُنخَمُ الدِّماغُ بشكل مستمر بالسلبية، تُرمّزُ الرسائلُ السلبية بعمق في تحت الشعور (العقل الباطن)؛ ولا يكونُ بمقدور العقل الباطن فصلَ الجيّد عن السيِّئ أو السلبي عن الإيجابي.

وعندَ القيامِ بالفحصِ الدقيق، يمكن أن تستغربَ ما تكتشفه من أن بعضَ عاداتنا الثقافية تنحُو نحوَ البرمجةِ المخربةِ للذات Self-sabotaging programming، وتُضَافُ بعضُ كلمات المحادثة اليومية والتعابير العامية الشائعة إلى هذه القائمة؛ فمثلاً "إذا خنثتَ بوعدك، سأقتلك!"، "هي تستحقُ القتلَ"، "أنا أحبك حتى الموت!"، "مهما حاولت لن تستطيع القيامَ به"، "سأقع على ركبتي... إلخ. ومع استمرار الملاحظة الشعورية لكلماتك وأفكارك السلبية، يمكن أن تتجنّب أنماطَ البرمجة المخربة للذات في حاسوبنا الرئيسي.

المُدْخَلَاتُ الإيجابية

نحن نبذلُ، بشكل لاشعوري، المعطيات على نحو إيجابي عندما يطلب أحدنا من الآخر القيامَ بعملٍ جيّد: يكافئُ المدرّسُ طالباً بلصاقة من الثجوم الذهبية عن كلّ إنجاز صحيح لواجباته المنزلية؛ يُبدي تعليقاً إيجابياً تجاه زوجتك حين تُعدُّ لك كوباً جيّداً من القهوة أو غداءً مُثَقّاً أو ما إلى ذلك؛ وعليه فإنّ جميعَ هذه الملامح من الدّفء والحب سوف تنغرس في الجزء اللاشعوري من الدِّماغ بشكلٍ رسائلٍ إيجابية ومُلهمة.

إجراء اختبارات الاستجابة العضلية لكشف الأرجبيات (الحالات التحسسية)

تُعَدُّ اختبارات الاستجابة العضلية أسلوباً للتواصل بين الجسم والدماغ، حيث يستطيع المريض من خلالها أن يخضع لاختبار المُستأرجات المختلفة. وتمثل هذه الاختبارات فحصاً معيارياً يُستعمل في علم الحركة التطبيقي Applied kinesiology لمقارنة قوة عضلة مُختبَرَة مُسبقاً بوجود مُستأرج مُشْتَبِه وبغيابه؛ فإذا ضعفت العضلة المَعْنِيَّة أو المُختبَرَة بوجود مادة ما، دَلَّ ذلك على أن هذه المادة هي من المُستأرجات؛ أمّا إذا بقيت العضلة قوية، فإنّ هذه المادة ليست مُستأرجاً. ويُقدِّم الفصل السَّابع مزيداً من الإيضاح على اختبارات الاستجابة العضلية.

اختبارات مقاومة الجلد (الاختبارات الجلدية الكهربائيّة)

بَعْدَ القيام باختبارات الاستجابة العضلية، يُجرى اختبار مقاومة الجلد، حيث يُختبَرُ المريض باستعمال جِهَاز مُحَوَّسَب صُمِّمَ لقياس الناقلية الكهربائيّة Electrical conductivity للجسم من دون ألم عند نقاط معيَّنة حسَّاسة للكهرباء على الجلد، لا سيَّما على اليدين والقدمين. وتعتمدُ العملية المُحوَّسَّبة على نظريتين تبيِّن أنَّهما موثوقتان سريريّاً.

تأتي النظرية الأولى من الآليّات الحيوية Biomechanics والوخز الإبري Acupuncture؛ فلقد بيَّن الباحثون في الوخز الإبري، منذ أكثر من أربعين سنة، أن الخصائص الكهربائيّة للجسم والمقيسة عند نقاط معيَّنة للوخز الإبري تتكهّن بصحّة الأعضاء والأجهزة العضويّة على طول خطوط الوخز الإبري الموافق. ويُطبَّق الحاسوب هذه النظرية من خلال تطبيّق تيار كهربائي صغير جداً على الجسم، ثمّ قياس الاستجابة. ويُسجَّل الحاسوب قيم هذه المقاومة ليخرج بمعطيات تُساعد على معرفة شدّة عوائق الطّاقة وقوّتها في الجسم.

أمّا النظرية الثانية فتعتمد على علم الفيزياء الكميّة Quantum physics، حيث تفترض أن وظائف الجسم تخضع للتحكُّم والتنسيق من قِبَل جزء ذكي جداً من الجسم؛ إذ يفهم هذا الحاسوب الرئيسي الذكي عدداً من اللغات

ويتحدث بها، كما أنه قادرٌ على تعقب مقدار هائل من المعلومات في كل لحظة من اليوم.

واليوم، هناك أنماط مختلفة من الحواسيب التي هي من صنع الإنسان القادرة على بلوغ حاسوبنا الرئيسي، وتلقي المعلومات بالتلقيم الحيوي الراجع Biofeedback information من هذه التغيرات التي تحدث بطريقة مترابطة وذات مغذى، بحيث يمكن أن يُفسرها الأطباء المدربون. ويُعد هذا المُختبرُ (الفاحص) المُحوَسَب Computerized tester جهازاً طبيّاً استقصائياً غير باضع من الصنف الثالث Non-invasive Class III investigational medical device. ويمكن للمُختبر المُحوَسَب بالاشتراك مع اختبارات الاستجابة العضلية أن يؤمن اختبارات سريعة وغير مؤلمة للتحسس، وذلك للتعرف إلى المُستأرجات التي تؤثر في الجسم والجهاز المناعي. ويمكن استناداً إلى المُختبر المُحوَسَب القيام باختبارات التحسس تجاه الأطعمة والمُستنشقات والظاهرة الحيوانية والأدوية والمواد الكيميائية والفيتامينات والحموض الأمينية وغبار الطلع والأشجار والخشب والبذور والعشب والعفن والأنسجة والمعادن والمواد الأخرى.

كما يُساعد المُختبر المُحوَسَب على تحديد الشدات المختلفة للحالات التحسسية (الأرجيات) اعتماداً على مقياس مُدرج من 0-100. وربما يكون ذلك أحد أدق الاختبارات المتوفرة حتى اليوم بالنسبة إلى كشف الحالات التحسسية. وقد صُمم هذا الجهاز لاختبار حالات التحسس للطعام والبيئة والمواد الكيميائية، فضلاً عن التحسس للعفن والفطور وغبار الطلع والأشجار والأعشاب والبروتينات والفيتامينات والأدوية والأشعة... إلخ. كما يمكن أن يُستعمل لاختبار حالات التحسس وشدتها أو درجتها قبل المعالجة وبعدها، وهذا ما يجعلنا قادرين على مشاهدة استجابة الجسم للمعالجة ومقارنتها.

لا يتضمنُ الإجراء خدشاً للجلد أو وخزاً له، ولا يؤدي إلى ألم أو انزعاج. ويمكن بواسطته اختبار مئات الحالات التحسسية عند المريض في غضون دقائق. وبما أن مسار الاختبار يمس الجلد فقط لأقل من ثانية واحدة فقط بالنسبة إلى كل حالة تحسسية مُختبرة، لذلك يمكن استعمال هذه الطريقة عند الرضع والأطفال

فَضْلاً عن البالغين. كما أن هناك ميزة أخرى لهذه الآلة تتمثل في وجود شاشة مراقبة تلفزيونية حاسوبية يستطيع المريض من خلالها قراءة الحالات التحسسية الخاصة به، فيما يجري تسجيلها. كما يمكن الحصول على نُسخة مطبوعة وحفظ المعطيات للمقارنة المستقبلية.

اختبارات قياس قوّة التقلُّص العضلي

يُستعمل مقياس لقوّة التقلُّص العضلي مَحْمُول باليد في هذه الاختبارات، وهو يُمسك بالإهام والسبابة، ويضغَط لجعل إبرة القراءة تتأرجح بين 0-100 درجة. وتُلاحظ القراءة القاعدية (الأساسية) البدئية أولاً، ثم بالتماس مع المستأرج. وتُقارَن قوّة الأصابع بوجود المستأرج (الحسّس)؛ فإذا كانت القراءة الثانية أكثر من القراءة البدئية (الأولية)، دلّ ذلك على غياب التحسّس؛ أمّا إذا كانت القراءة الثانية أقل من القراءة البدئية، دلّ ذلك على وجود التحسّس؛ فعلى سبيل المثال، إذا كانت القراءة البدئية (القراءة القاعدية) بقيمة أربعين على المدرج 1-100، وكانت القراءة بوجود مستأرج (التفاح مثلاً) بقيمة 28، عندها يكون الشخص متحسّساً للتفاح. وأمّا إذا كانت القراءة الثانية بقيمة ستين أو سبعين، فلا يوجد تحسّس. وهناك فائدة أخرى من اختبارات قياس قوّة التقلُّص العضلي، وهي أن درجة الضعف أو القوّة تُقاس بالأرقام، وهذا ما يعطينا بعض الفهم لدرجة التحسّس.

اختبارات التحسّس المعيارية الأخرى

اختبار ALCAT

يُعَدُّ هذا الاختبار أحد أكفأ وأوثق الاختبارات المعاصرة في كشف الحالات التحسسية والأرجية تجاه الطّعام والمُضَافَات الطّعامية والمواد الكيميائية؛ وقد صُمِّمَ هذا الجهاز لقياس تفاعلات خلايا الدّم نحو الأطعمة والمواد الكيميائية والأدوية والعفن والمبيدات الحشرية والجراثيم... إلخ. وتشتمل طرائق هذا الاختبار البسيط على استعمال كواشف مخترية مُبتكَرة Innovative laboratory reagents تسمح بقياس دقيق للخلايا في شكلها الأصلي. وتُبدى العينات الاختبارية المُعالَجة بشكل

منفرد عند مقارنتها مع مخطط "التحكّم الرئيسي" graph "Master Control" تفاعلية خلوية Cellular reactivity (تعداد الخلايا وحجمها) في حال حدوثها. وتنجم الأحرار (القيم المسجلة أو المحرزة) Scores عن الرّبط بين هذه التّغيرات الحجميّة الفعالة في الكريات البيض والمنحني الشّاهد Control curve.

اختبار الخدش

مع أنّ الطرق المتوفرة الأخرى لاختبارات التحسّس كثيرة، غير أنّ الطرق التقليدية للاختبارات لا يُعوّل عليها كثيراً. ويعتمد اختصاصيو التحسّس في الطبّ الغربي عادةً على الاختبارات الجلديّة (اختبار الخدش Scratch test، اختبار الرُقعة Patch test... إلخ) حيث يُعرّض جلدُ الشخص لمقدار صغير جداً من مادّة محسّسة ومُشتبه فيها، وذلك من خلال الخدش أو الحقن، ثمّ يُراقبُ موضعُ الحقن لرصد أيّ تفاعل؛ فإذا حصل أيّ تفاعل في منطقة الحقن، يُعدّ الشخصُ مُتَحَسِّساً لهذه المادّة، وينبغي اختبارُ كلِّ مادة على حدة.

يُعدّ هذا الأسلوبُ من الاختبارات أكثرَ خطراً وألماً واستهلاكاً للوقت من اختبارات مقاومة الجلد، حيث يمكن أن يُصابَ بعضُ المرضى بالصدمة التّأقية Anaphylactic shock بسبب دخول مواد مُحسّسة جداً إلى الجسم. كما قد يؤدي هذا الإجراء المؤلم إلى وجعٍ يدوم عدّة أيام. وينبغي أن ينتظرَ المريضُ بضعة أيام أو أسابيع بين الاختبارات، لأنّه لا يمكن اختبارُ سوى مجموعة واحدة من المستأرجات في وقت واحد. وتُعدّ هذه الطريقة غير فعّالة جداً في التعرف إلى حالات التحسّس للأطعمة. وبما أنّه ليس من المألوف حقنُ الأطعمة تحت الجلد، لذلك ليس من المُستغرب غيابُ التفاعل الهام عادةً.

الطريقة التحريضية أو المعادلة Provocative/Neutralizing technique

يُقيّمُ هذا الاختبارُ المناعةَ الخلويّة Cellular immunity من خلال التعرف إلى استجابة المريض لحقن مُستأرج أو أكثر داخل الأدمة أو تطبيقه موضعياً، حيث يُحقنُ مقدارٌ صغير من المستأرج (محلول ضعيف) عميقاً في الجلد؛ وهذا المقدار قويٌّ بما يكفي لتحريض الأعراض التحسّسية عند الشّخص، ولا بدّ من الانتباه إلى

تخفيف المستأرج المستخدم ومقداره؛ فالمستأرج (المُحسَّس) يمكن أن يؤدي إلى حمامى (احمرار) جلدية Skin erythema أو انتثار شروي (تبارز) Wheal حول موضع الحقن. وينبغي الاحتفاظُ بسجلٍّ للمقدار والتخفيف وزمن الحقن، مع ملاحظة حجم الانتثار وشكله بعد فترة من الزمن. وإذا ما شعر المريض بأي تفاعل (نوبات من الدوخة، غثيان... إلخ)، يقوم المختبر أو الفاحص بحقن جرعة صغيرة (تخفيف أقل) من المستأرج قادرة على تعديل التأثير الحَرَّش. وهذا ما يؤدي عادةً إلى صَرَف الأعراض المزعجة أو التفاعلات التحسسية التي شعر بها المريض في الحقن الأول. وتُدعى هذه الجرعة المعادلة Neutralizing dose، وهي تُستخدم في تَفْرِيج الأعراض التحسسية وإبقاء المريض تحت السيطرة لعدة أيام.

الاختبارُ داخل الأدمة Intradermal test

من المُفترض أن يكون الاختبارُ داخل الأدمة أكثر دقةً من اختبار الخدش البسيط بالنسبة إلى حالات التحسس للطعام؛ ويُشتقُّ هذا الاسمُ من حقيقة أن قسماً صغيراً من خلاصة المستأرج يُحقن داخل الأدمة بين الطبقات السطحية للجلد. والكثير من الناس الذين لا يُبدون تفاعلاً تجاه التَّمَط الأدمي أو الخدشي من الاختبارات يُظهرون نتائج إيجابية عندما تُطبَّقُ المُستأرجاتُ نفسها داخل الأدمة. كما أن بعض المرضى، مثلما هي الحال في اختبارات الخدش، يَدْخُلون في صدمة تأقية عندما تُحقن موادٌ مُحسَّسة جداً داخل الجسم. ويمكن أن يؤدي الإجراء المؤلم إلى وجع يدوم عدة أيام. كما أن على المريض أن ينتظر بضعة أيام أو أسابيع بين الاختبارات، لأنه لا يمكن اختبار سوى مجموعة واحدة من المُستأرجات في وقت واحد.

اختبارُ المُمْتَزِّ الأَرَجِيِّ الإشعاعيِّ Radioallergosorbent test (RAST)

يُقَيَسُ هذا الاختبارُ الأضدادَ IgE في المصل بالمقايسة المناعية الشعاعية Radioimmunoassay، ويتعرَّف إلى المُستأرجات التَّوَعِيَّة المسببة للتفاعلات الأرجية أو التحسسية. وفي هذا الاختبار، تُعرَّضُ عينة من مصل المريض إلى مجموعة من المعقدات الجزيئية للمستأرج (APCs) Allergen particle complexes على

أقراص من السيلولوز Cellulose disks، تُمَّ يَضَافُ ضِدُّ مَوْسُومٍ شَعَاعِيٍّ وَمُضَادٌّ لِلضِدِّ IgE (Radiolabeled anti-IgE antibody)، فيؤدِّي ذلك إلى تَشَكِيلِ مَعْقَدَاتٍ مِنْهُمَا. وَبَعْدَ الْإِنْتِزَاقِ Centrifugation، يَكُونُ مَقْدَارُ النَّشَاطِ الْإِشْعَاعِيِّ فِي الْمَادَّةِ الْجَزِيئِيَّةِ مَتَنَاسِباً طَرْدِيّاً أَوْ مَبَاشِرَةً مَعَ مَقْدَارِ الْأَضْدَادِ IgE الْمَوْجُودَةِ. وَتُقَارَنُ نَتَائِجُ الْإِحْتِبَارِ مَعَ الْقِيَمِ الشَّاهِدَةِ، وَتَكُونُ مِثْلَةً لَتَفَاعِلِيَّةِ الْمَرِيضِ (اسْتِجَابَتِهِ) تَحَاةِ مُسْتَأْرَجٍ نَوْعِيٍّ.

إِحْتِبَارُ الْإِلِيزَا

هُنَاكَ إِحْتِبَارٌ آخَرٌ لِمَصْلِ الدَّمِّ خَاصٌ بِالْحَالَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ يُدْعَى إِحْتِبَارُ الْمُقَاسَةِ الْإِمْتِصَاصِيَّةِ الْمُنَاعِيَّةِ لِلْإِنْزِيمِ الْمُرْتَبِطِ Enzyme-linked immunosorbent assay (ELISA)؛ وَفِي هَذَا الْإِحْتِبَارِ، يُخْتَبَرُ مَصْلُ الدَّمِّ بِالنِّسْبَةِ إِلَى الْغُلُوبُولِينَاتِ الْمُنَاعِيَةِ Immunoglobulins الْمُخْتَلَفَةِ وَتَرَاكِيُزِهَا. وَيَكُونُ التَّعَرُّضُ الْمُسْتَأْرَجُ ضَرُورِيّاً حَتَّى يَكُونَ هَذَا الْإِحْتِبَارُ إِجْبَاقِيّاً فِي حَالَةِ التَّحْسُّسِ. وَيَسْتَطِيعُ إِحْتِبَارُ الْإِلِيزَا التَّعَرُّفَ إِلَى الضِّدِّ Antibody أَوْ الْمُسْتَضِدِّ (مُؤَلَّدِ الضِّدِّ) Antigen، وَهُوَ يَحْلُ مَحَلُّ الْمُقَاسَةِ الْمُنَاعِيَّةِ الشَّعَاعِيَّةِ وَالتَّأَلُّقِ الْمُنَاعِيِّ Immunofluorescence. وَلِقِيَاسِ ضِدِّ نَوْعِيٍّ، يُثَبَّتُ الْمُسْتَضِدُّ عَلَى وَسْطِ صُلْبٍ وَيُخَضَّنُ مَعَ عَيْنَةِ الْمَصْلِ، ثُمَّ يُخَضَّنُ مَعَ إِنْزِيمِ مَوْسُومٍ بِضِدِّ الْغُلُوبُولِينِ الْمُنَاعِيِّ Anti-immunoglobulin-tagged enzyme، وَيُشْطَفُ فَائِضُ الْإِنْزِيمِ غَيْرِ الْمُرْتَبِطِ مِنَ الْجِهَازِ وَتُضَافُ رَكِيزَةُ Substrate. وَتَوْدِّي حَلْمَاةِ (التَّحْلِيلِ بِالْمَاءِ) Hydrolysis الرِّكِيزَةِ إِلَى تَغْيِيرِ لَوْنِي يُقَاسُ بِمِقْيَاسِ الطِّيفِ الضَّوِّيِّ Spectrophotometer؛ ثُمَّ يَمَكُنُ بَعْدَ ذَلِكَ قِيَاسُ مَقْدَارِ الْمُسْتَضِدِّ أَوْ الضِّدِّ فِي عَيْنَةِ الْمَصْلِ. وَتُعَدُّ هَذِهِ الطَّرِيقَةُ مَأْمُونَةً وَحَسَّاسَةً وَسَهْلَةً الْإِجْرَاءِ، وَهِيَ تُعْطِي نَتَائِجَ مُوثُوقَةً. وَحَتَّى يُعْطِي هَذَا الْإِحْتِبَارُ بَعْضَ النَتَائِجِ الْإِجْبَاقِيَّةِ، يَجِبُ أَنْ يَتَعَرَّضَ الْمَرِيضُ لِأَطْعَمَةٍ مَعْيَنَةٍ خِلَالِ فِتْرَةٍ مُحَدَّدَةٍ مِنَ الزَّمَنِ؛ فَإِذَا لَمْ يَكُنِ الْمَرِيضُ قَدْ تَعَرَّضَ أَوَّلًا لِهَذِهِ الْأَطْعَمَةِ، يَمَكُنُ أَنْ تَكُونَ نَتَائِجُ الْإِحْتِبَارِ غَيْرَ مُرْضِيَّةٍ.

إِحْتِبَارُ الْحَقْلِ الْكَهْرْمَغْنِطِيسِيِّ (الْكَهْرْمَغْنِطِيسِيِّ)

يَمَكُنُ كَشْفُ الْمَكُونِ الْكَهْرْمَغْنِطِيسِيِّ Electromagnetic component لِحَقْلِ الطَّاقَةِ الْبَشَرِيَّةِ بِإِحْتِبَارَاتِ الْاسْتِجَابَةِ الْعَضَلِيَّةِ الْبَسِيطَةِ؛ فَتَجْمَعُ الطَّاقَةُ الْكَهْرْمَغْنِطِيسِيَّةُ

حول جسم أو شخص يسمح بتبادل الطاقة. ويمتصُّ الحقلُ البشري الطاقة من الجسم المحاور، ويتعامل معه من خلال شبكة مَسَالِك الطاقة العصبية Nerve energy field؛ فإذا اشترك حقلُ الطاقة الغريبة بشحنات مناسبة مع حقل الطاقة البشرية، يقوم الحقلُ البشري بامتصاص الطاقة الغريبة لصالحه ويصبح أقوى؛ أمَّا عندما يحمل حقلُ الطاقة الغريبة شحنات غير مناسبة، فإنَّ حقلَ الطاقة البشرية يودِّي إلى التَّنَافُر أو التَّدَافُع Repulsion مع حقلِ الطاقة الغريبة. ويمكن التعرفُ إلى هذه الأنماط من تفاعلات الحقل البشري باختبارات العضلة المعنية (النوعية) قبل التماس مع المستأرج وبعده. كما يمكن قياسُ الحقل الكهروطيسي للإنسان، أو الاهتزازات البشرية، باستعمال أجهزة إلكترونية معقَّدة.

الاختبارُ تحت اللسان

هناك اختبار آخر للتحسُّس منتشر أيضاً يدعى الاختبار تحت اللسان Sublingual test، ويستعمله اختصاصيو البيئة (الإيكولوجيا) السريرية Clinical ecologists وبعض علماء التَّغذية Nutritionists؛ وهو يقوم على تَقطير مقدار دقيق من خلاصة المستأرج تحت اللسان؛ فإذا كان الاختبارُ إيجابياً، يمكن أن تظهر الأعراضُ بسرعة كبيرة. وقد تشتمل الأعراضُ على تفاعلات نفسية وسلوكية مُثيرة، فضلاً عن التفاعلات الجسدية. ويستعمل بعض اختصاصيي علم الحركة الاختبارات تحت اللسان، لكن مع العناصر الطَّعامية فقط، حيث يوضع مقدارٌ دقيق من المادَّة الطَّعامية تحت اللسان، ويجري تحرُّي الحالة عند المريض باختبارات الاستجابة العضلية.

اِخْتِبارَاتُ السُّمِّيَّةِ الخَلَوِيَّةِ

هي شَكْلٌ من الاختبارات الدَّمَوِيَّة التي طُوِّرت قبل بضع سنين. ويستعمل الكثير من اختصاصيي التَّغذية الشَّرقيين هذه الاختبارات، حيث تُمزَج خلاصة المادَّة المحسَّسة مع عينة من دم المريض، ثم تُراقبُ التَّغْيِراتُ في الكريات البيض تحت المجهر. وبما أنَّ الأطعمة والمواد المحسَّسة الأخرى لا تصل إلى الدَّم في هذه الطَّريقة عادةً، لذلك لا تُعطي اِخْتِبارَاتُ السُّمِّيَّةِ الخَلَوِيَّةِ Cytotoxic testing نتائج موثوقة.

اختبار النبض

تُعدُّ اختبارات النبض Pulse Testing طريقةً بسيطةً أخرى للتعرف إلى التحسُّس للطعام، وقد أوجدها الطبيب آرثر كوكا Arthur Coca في خمسينيات القرن الماضي، حيث بيَّنت الأبحاث أن سرعة نبضك تزداد إذا كُنْتَ متحسِّساً لشيءٍ ما وأكلته.

الخطوة الأولى: قسْ نبضك القاعدي Baseline pulse بعدَ النبض الكعبري Radial pulse عندَ المعصم لمدة دقيقة كاملة.

الخطوة الثانية: ضَعْ قليلاً من المستأرج المُشْتَبَه به في فمك، ويُفضَّل أن يكون ذلك تحت اللسان، وتذوِّقْ المادَّةَ لمدة دقيقتين دون أن تبتلعَ أيَّ جزءٍ منها؛ فالتذوِّق يرسل إشارةً إلى الدماغ الذي يُرسل بدوره إشارةً إلى بقية الجسم عبر الجهاز العصبي الودي.

الخطوة الثالثة: أعدْ قياسَ النبض والمستأرج لا يزال في الفم. وتُعدُّ الزيادة أو النقصان في سرعة النبض بنسبة 10٪ أو أكثر تفاعلاً تحسِّسياً. وكلُّما زادت درجة التحسُّس زاد الفارق في معدل النبض.

يفيد هذا الاختبار في التعرف إلى حالات التحسُّس (الأرجيَّات) للطعام؛ فإذا كنت متحسِّساً لعدد كبير من الأطعمة وتناولت بضعة مستأرجات في الوقت نفسه، قد يكون من الصَّعْب كشفُ المستأرج الدقيق المسبِّب للتفاعل بواسطة هذا الاختبار فقط.

اختبار ضغط الدَّم

يُشبَّه هذا الاختبارُ اختبارَ النبض، حيث يُقاسُ ضغطُ الدَّم الانقباضي Systolic blood pressure لرصد التغيُّرات فيه قبل التماس مع المستأرج وبعده.

الخطوة الأولى: قسْ ضَغْطَكَ القَاعِدي Baseline بَتحريِّ ضغط الدَّم الانقباضي.

الخطوة الثانية: ضَعْ قليلاً من المستأرج المُشْتَبَه به في فمك، ويُفضَّل أن يكون ذلك تحت اللسان، وتذوِّقْ المادَّةَ لمدة دقيقتين دون أن تبتلعَ أيَّ جزءٍ منها؛ فالتذوِّق

يرسل إشارة إلى الدماغ الذي يُرسل بدوره إشارة إلى بقية الجسم عبر الجهاز العصبي الودي.

الخطوة الثالثة: أعد قياس ضغط الدم الانقباضي والمستأرج لا يزال في الفم. ويُعدُّ الزيادة أو النقصان في ضغط الدم الانقباضي بنسبة 10٪ أو أكثر تفاعلاً تحسُّياً. وكلما زادت درجة التحسُّس زاد الفارق في ضغط الدم.

النظام الغذائي الاستبعادي (حمية الحذف)

ابتكر النظام الغذائي الاستبعادي Elimination diet الدكتور ألبرت هـ. رو Dr. Albert H Rowe من أوكلاند Oakland في كاليفورنيا، وهو يتألف من قوت محدود جداً ينبغي التقيُّد به لفترة طويلة تكفي للتعرف إلى الأطعمة التي قد تكون مسؤولة أم غير مسؤولة عن الأعراض التحسُّسية؛ فعند الاشتباه بالتحسُّس للفواكه مثلاً، يجري حذف أو استبعاد جميع الفواكه من القوت لفترة معينة تختلف ما بين بضعة أيام وعدة أسابيع حسب شدة الأعراض؛ ففي المرضى الذين عانوا من أعراض تحسُّسية على مدى سنين عديدة، قد يكون من الضروري أحياناً الامتناع عن الأطعمة المشبوهة (المشتبه بها) لعدة أسابيع قبل أن تَحمَدَ الأعراض. ولذلك، يكون الالتزام الصَّارم بالحمية خلال فترة التشخيص هاماً جداً. وعندما يصبح المريض خالياً من الأعراض لفترة معينة، تُضاف أطعمة أخرى، واحدة في كل مرة، إلى حين بلوغ الحمية الطبيعية واكتشاف الأطعمة المشبوهة.

النظام الغذائي التدويري (حمية التدوير)

هناك طريقة أخرى لاختبار التحسُّس للطعام، وذلك من خلال "النظام الغذائي التدويري (حمية التدوير) Rotation diet"، حيث تُؤكَلُ مجموعة مختلفة من الأطعمة كلَّ يوم لمدة أسبوع. وتتألف هذه المجموعة من سبع مجموعات من الطعام تُؤكَلُ كلَّ أسبوع في هذه الطريقة، بحيث يؤكل شيء مختلف كلَّ يوم. ويبدأ التدوير ثانية في أوَّل الأسبوع اللاحق، وبذلك يمكن تعقب التفاعلات تجاه أية مجموعة وحذفها. وتعدُّ هذه الحميات جيِّدة بالنسبة إلى الأشخاص من ذوي

التفاعل البسيط. ويدو الخطر المتأصل في أي من هذه الطرائق واضحاً: فإذا كنت حساساً جداً لمادة طعامية معينة، يمكن أن تُصاب بتوَعك شديد إذا تناولت ذلك الطعامَ خلال الاختبارات، حتّى ولو لم تلمسه منذ سنين.

العلاج المثلي

هناك طرائق علاجية أخرى للتحسّس موجودة في الممارسة العملية؛ فالعالجون المثليون Homeopaths يعتقدون أنّه إذا عرّضَ المريض للمستأرج بتركيز دقيقة (صغيرة جداً) في أوقات مختلفة، يمكن أن يُكوّن المريض ما يكفي من الأضداد Antibodies تجاه ذلك المستضد Antigen. وفي نهاية المطاف، يمكن أن تؤدّي التفاعلات العنيفة لدى المريض تجاه تلك المادة إلى إنقاص شدّته. وقد تخمد التفاعلات تماماً في بعض الحالات، ويستطيع المريض أن يستعمل المادة أو يأكلها من دون أية تفاعلات جانبية ضارة.

إنّ هذه الطريقة مأمونة نوعاً ما عند معظم الناس، لأنّ المريض قد لا يتفاعل بشكلٍ عنيف في هذه الطريقة عادةً. ويُستعمل في هذا الإجراء مقدارٌ دقيق من المستأرج المُشتَبه به (جزء واحد لكل مليون جزء أو مقدار قليل من التخفيف عادةً) لتخضير قطرات تحت اللسان (علاج)؛ فيظهر عند الأشخاص المتحسّسين جداً شرى وطفح حتى بهذا المقدار المخفف. ويختفي الطّفح خلال يومين في معظم الحالات، ويبدأ المريض يشعر بالتحسّن والصّحة شيئاً فشيئاً. وتُدعى بعض هذه التفاعلات "نوبة الشفاء Healing crisis"؛ فإذا كنت شديد التحسّس لبعض الأطعمة (في الحالات المتصاحبة بقصّة تأق)، يمكن أن تتفاعل بشدّة حتى تجاه هذا الإجراء غير الضّار أيضاً. وينبغي على المريض أن يُعلّم الطّبيبُ بأية قصّة تأقية بحيث يُحضّر الطّبيب نفسه لمثل هذه الطّائرة أو الحالة الإسعافية، ويتّخذ الخطوات المناسبة مع فريقه للوقاية من مثل هذه الحالات.

وَضْعُ المُسْتَأْرَجِ فِي رَاحَةِ اليَدِ

يُعلّم المرضى في طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد أن يختبروا المستأرج بطريقةٍ أخرى سهلة ومأمونة، حيث يُوضَعُ جزءٌ صغير من المستأرج المُشتَبه به في

مَرطَبان Jar لأطعمة الأطفال، ويُطلب من الشخص أن يمسك به براحته مع لمس المرطبان بأنامل اليد نفسها لمدة 15-30 دقيقة؛ فالشخص المتحسّس يبدأ بالشعور بالانزعاج عندما يكون المستأرج في راحته، الأمر الذي يثير أعراضاً مزعجة مختلفة تبدأ بالشعور بالحرارة والحكة والشرى واضطراب ضربات القلب (تسرّع أو تباطؤ) والغثيان والدوخة... إلخ. وبما أن المستأرج يكون داخل الزجاجاة عند الشعور. يمثل هذا الإحساس المزعج، يمكن إبعاده على الفور وغسل اليدين لإزالة طاقة المستأرج عن الأنامل. وينبغي أن يؤدي ذلك إلى توقّف التفاعلات فوراً. ويستطيع المريض بهذه الطريقة اكتشاف المستأرجات بسهولة.

إنّ جميع الطرائق الآتية الذكر تفيد في نسبة معيّنة من النَّاس. ولكن مما يدعو إلى الاستغراب أن الذين خضعوا لجميع هذه المعالجات ظلُّوا متحسّسين ويعانون من الحالات التحسّسية المعروفة لديهم عندما اختبروا ثانيةً بواسطة اختبارات الاستجابة العضليّة. ولذلك لا بدّ من معالجتهم بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد للتخلُّص من هذه التفاعلات التحسّسية.

الفصل الخامس

لُغزُ الحَيَاةِ

نمّا لاشكّ فيه أنّ الجهازَ العصبيّ Nervous system هو الجهازُ الأكثرَ تعقيداً والأوسع استقصاءً والأقلّ فهماً في الجسم؛ فبني هذا الجهاز وأنشطته مجبولةً مع كلّ مظهر من مظاهر حياتنا، الجسديّة والثقافية والفكرية. وبناءً على ذلك، يتّبع الباحثون في التخصصات المختلفة طرائقهم ودوافعهم وقناعاتهم الخاصّة في دراسته. وبالاستناد إلى ذلك، هناك عددٌ من الطُّرق المناسبة لدراسة الجهاز العصبي؛ فمثلاً، قد يكون أسلوبُ الدِّراسة شكلاً من وجهة النّظر التطوُّريّة أو ضرباً من الفلسفات الأخرى، بما في ذلك وجهة النّظر السُّلاليّة التطوُّريّة Phylogenetic أو الفيزيائيّة الكيميائيّة أو الطاقويّة أو البنيويّة (العيانيّة أو الخلويّة) أو السيِّبرنيّة⁽¹⁾ Cybernetic أو حتّى السُّلوكيّة.

إنّ تجميعَ المعلومات ومعالجتها هما إحدى الوظائف الرئيسيّة للجهاز العصبي البشري؛ فجمعُ المعلومات ومعالجتها بشكلٍ واعٍ أو شعوري يحصل في هذا الجهاز، حتّى فيما تقرأ هذه الصّفحة. ومن منطلق الاستتباب Homeostasis (المحافظة على التّوازن في الكائن الحي)، تستطيع أنت الذي تقرأ هذه الصّفحة وتجدها صعبةً أو ممتعة أن تستمر في قراءتها أو تضعها جانباً لتقرأها لاحقاً. وبالمثل، إذا لم تستطع أن تقرأها، فأنت تتخذ قراراً واعياً بشأنها، أو ربّما تبحث عن مترجمٍ ليقراها، أو تختصر الأمر ببساطة فتركها كتمرين لا فائدة منه. ومهما تكن الاستجابة المختارة من قبلك، فإنّ ذلك هو من مظاهر الوَعْي والشُّعور Consciousness.

تنتقل هذه الاستجاباتُ البسيطة نحوَ قراءة هذه الصّفحة على طول ملايين الخلايا العصبيّة إلى المنطقة الدِّماغية التي تختزن الذاكرة؛ ثمّ يُعادُ تذكُّر المعلومات إمّا

(1) السيِّبرنيّاتُ هي علمُ عمليّات التّواصل والتحكُّم في الحيوانات والآلات (المترجم).

حسب الطلب أو في العقل اللاشعوري (الباطن) Subconscious mind. وبالنسبة إلى القارئ، قد ينجم كل من التذكر الواعي للتجارب وتأثيرات اللاشعور عن التَّعامل مع هذه الصَّفحة المطبوعة. ومن المحتوم بأنَّ تستجيبَ بشكلٍ مستمر للتجارب التي تمرُّ بها في حياتك.

وبما أنَّ الكائنَ البشري يتَحسَّس باستمرار للمنبِّهات القادمة من محيطه ويستجيبُ لها، لذلك تحصلُ ملايينُ أشكالِ التَّعديل والتَّحوير البسيطة باستمرار وبشكل تلقائي من دون اتخاذ قرارات واعية بشأنها؛ فعلى سبيل المثال، عندما تشعرُ بالحرارة تتحرَّك بشكلٍ واعي بعيداً عن الشَّمس أو تُشغِّل مكيفَ الهواء؛ لكنَّ الجسمَ يقومُ بشكلٍ لاشعوري أيضاً بإجراء عدَّة ماثات من أشكال التعديل البسيطة والتي تُؤدِّي إلى تحريض التغيُّرات في الجريان الدَّموي وسرعة القلب، فيوسَّع أو يقلِّص الأوعية الدَّموية قرب سطوح الجلد، وينشِّط الغدَّة اللمفية، ويُفعل الغدَّة العرقية وهَلُمَّ جَرّاً. وتُعَادُ برمجة هذه الأفعال التي يقومُ بها الجهازُ العصبي المستقل Autonomic nervous system في كلِّ خلايا الجسم التي تستجيب تجاه النشاط الواعي. كما يُعَادُ تَعديلُ الاستجابات المستقلة باستمرار حتَّى تستجيبَ بشكلٍ مناسب للبيئة المتغيِّرة.

ولنأخذُ بالحسبان تفاعلَ جسم الإنسان نحو الخَوْف؛ فعندما نشعرُ بحالة أو موقف ينطوي على الخطر، يقومُ الجهازُ العصبي المستقل بالاستعداد نحو تفاعل الكَرّ أو الفرّ *Fight or flight reaction*. ومهما يكنُ نوعُ التَّفاعل، فهو من الاستجابات الملائمة للخطر. وبناءً على ذلك، يعتمدُ جسمُنَا في غَضون ثوانٍ إلى تعديل جسدي من خلال إظهار علامات الخَوْف التي تشتملُ على بدء التَّعَرُّق ورطوبة اليدين وبرودتهما وظهور قطرات العَرَق على الجبهة. وفضلاً عن ذلك، يُؤدِّي التَّفاعل الحيوي الكيميائي Biochemical reaction إلى إنقاص الجريان الدَّموي نحو الرَّأس، الأمر الذي يحذُّ من تفكيرنا ويُنقِص قدرتنا على السَّمع. كما يزدادُ الجريان الدَّموي إلى القلب والرَّئتين والنَّسيج العضلي المحرَّك Motor muscle tissue. ونقول من جديد إنَّ كلَّ هذه الاستجابات هي استجاباتٌ مناسبة من الجسم يقومُ بها عند وجود خطرٍ وشيك.

لا يَسْتَطِيعُ الجِسْمُ غَالِباً التَّمْيِيزَ بين الخطر الجسدي والفيزيولوجي أو الانفعالي. ولذلك، أنت تستجيبُ بشكلٍ غير إرادي نحوَ خطرٍ محتمل بالطريقة نفسها التي تستجيبُ بها عندما تخضعُ لمقابلةٍ مهنيةٍ، أو للمواجهة مع كلبٍ هائجٍ، أو مثلما يحصل معكَ عندَ التصدّي لمهمةٍ خطّابٍ أمامَ الجمهور. والخلاصة، يؤدّي الدِّماغُ إلى إرباكنا، لأنَّ له نماذجَ متطوّرة من الاستجابات غير المناسبة لكلِّ حالة. وليس هذا نقاشاً هادئاً عديم الجدوى للوعي، إنّما أساسٌ يُعتمدُ عليه في محاولة لفهم الحالات التحسّسية؛ فاختباراتُ الاستجابة العضليّة تكشف الحالات التحسّسية، بينما تقومُ طرائقُ إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد بالتخلّص منها.

لقد درسنا الأداء الوظيفي الشعوري واللاشعوري للجهاز العصبي المركزي، لكن من المهمّ للغاية أن نتعرّف إلى محاولات الجسم الرأمية إلى الحفاظ على حالة الاستتباب (التوازن ضمن الكائن الحي)؛ فالتوازن الكليّ يحصلُ بخطوات مختلفة مستمداً العَوْن من عدد من الوحدات الوظيفيّة، وهذه الوحدات الوظيفيّة هي أجسامٌ كبيرة من النّسجُ مكوّنة من العديد من الخلايا المجهرية. ولكل منها مهمّة التخصصيّة في الجسم. وتقدّم هذه النّسجُ الخاصّة المساعدة على إحداث الاستتباب على أدنى المستويات ضمن خلايا الفرد نفسها.

تُعَدُّ الطّريقة التي يحدثُ بها ذلك معقّدة جداً، حيث تتطلّبُ فهمًا ملحوظاً للخصائص الحيويّة الكيميائيّة والحيوية الكهربائيّة للخلايا. وللتبسيط، يمكن القول بأنّ جميع الخلايا محاطة بغشاء بلازمي Plasma membrane يُشبهُ محفظة بلاستيكيّة مجهرية، وتكونُ جدرانُ هذا الغشاء ثخينة بما يكفي للاجتواء على المواد داخل الخلايا، مع المحافظة على شكل الخلية وحجمها؛ كما أنّه قوي بما يكفي لحماية الخلايا من غزو المواد بين الخلايا والتي تحيطُ بكلّ خلية. وبالمقابل، يكون هذا الغشاء رقيقاً ونفوذاً بما يكفي للسّماح بالجريان الحرّ للعناصر المغذية. وتختلف الخواص الأيونية Ionic أو المغناطيسية للذرات المكوّنة للسوائل داخل الخلية عن السوائل المحيطة بالخلايا. ونتيجةً للفوارق في التّركيب الأيوني، هناك فوارق في خواصّها الكهربائيّة، وهذا ما يجعل الخلايا ذات نشاط كهربائي. ويمكن قياسُ التّباين Disparity في الطّاقة الكهربائيّة في التّجارب المختبريّة على أنماط مختلفة من

النسج. لكن الأهم من ذلك أنه يمكن تقييم استجابة كل خلية على حدة تجاه الشُّحُنات الكهربائية، وهذا ما يؤدي إلى تراكم ملايين القياسات في الدقيقة.

عند تطبيق منبه في نقطة ما من الكائن الحي، يُطلق ذلك سلسلة من الأحداث التي تنتقل في نهاية المطاف إلى سطوح الخلايا القابلة للاستثارة Excitable cells، وهذا ما يُعيد بدوِّره توزيع الأيونات عبر السطح، فيحدث ذلك موجة عكوسة مؤقتة من التغير يُفترض أن تؤثر في نفوذية Permeability الأغشية الخلوية، مما يسمح بنفوذ السوائل. ويؤدي انتقال السوائل إلى تغير شكل الخلية وحجمها ووظيفتها إلى أن تعود أدراجها إلى حالتها الأصلية، أو ما يُدعى بالحالة الاستتبابية.

تكون الخلايا في بعض أشكال الحياة المتعددة الخلايا Multicellular البدائية وجميع أشكال الحياة الأحادية الخلايا Unicellular قادرة على التفاعل والاستجابة للمنبهات بشكل منفرد؛ في حين تتكون أشكال الحياة الأكثر تعقيداً (والتي تُكوّن الجهاز العصبي المُعالج Processing nervous system) من منظومة من الخلايا النوعية التي تستقبل المنبهات وتُفسرها. وبذلك، يمتلك جسم الإنسان خلايا استقبالية رفيعة التخصص Highly specialized receptor cells تتحلّى وظيفتها الإجمالية في تلقي المنبهات. وتعمل هذه الخلايا الاستقبالية بالتوافق مع عصبونات أخرى (خلايا عصبية) على دمج المعلومات ونقلها؛ في حين تقوم الخلايا المستفعدة Effector cells (الخلايا القلوصة Contractile والغدية) بإدارة فعل الاستجابات.

تمثل العصبونات أحجاراً مرصوفة في السبل العصبية. وهي تتفاعل بشكل متبادل من خلال استعمال المحاور Axons (التي تحمل الإشارات العصبية Impulses إلى العصبونات) والتغصّينات Dendrites (التي تحمل الإشارات العصبية بعيداً عن جسم الخلية). ولا تتصل نهايات التغصّينات والمحاور المختلفة مع بعضها البعض لتكوين ارتباط سلكي، إنما تتقابل مع بعضها البعض من دون تماس. ويُدعى الحيز بين نهايات المحاور والتغصّينات الشبيهة بالخيوط بالمشابك Synapses. وتنفّز الإشارات الكهربائية أو دفعات الطاقة فوق هذه الحيزات أو المسافات خلال رحلتها نحو الدماغ والعودة منه.

وتعمل الإنزيمات الموجودة على سطح العصبونات كوسائط (مثل الكولينستيراز Cholinesterase) وتكمل الدارة. وتدعى هذه الإنزيمات بالتواقل العصبية Neurotransmitters، وهي ذات أهمية فائقة في إحداث التواصل البيني المحتل بين الخلايا والعصبونات والنسج والأعضاء وأجزاء الجسم المختلفة. وتفاوت هذه التواقل العصبية بين العصبونات حسب نوعية النسيج. ومع أن جميع هذه الإنزيمات مختلفة كثيراً في التركيب الكيميائي، إلا أنها تشارك في الأصل والمنشأ. فهي تُنتج من العصبونات، ثم تتحرر نحو المشابك مع نشوء الإشارة العصبية. وهذا ما يُطلق الاستجابة في الخلية التالية. ولقد ظهر مؤخراً الكثير من الاهتمام بهذه الإنزيمات، فهي قد تحمل المفتاح نحو وسيلة طبيعية للتحكم بالألم والإدمان على المواد الكيميائية والشيخوخة والمرض وآلية الشفاء والتحكم به والتخلص من الحالات التحسسية.

لا تزال تأثيرات هذه الإنزيمات ووظائفها العصبية في أجسامنا غير مفهومة تماماً، لا سيما بسبب التوزع الواسع لها في الجسم. وتشتمل هذه الإنزيمات على الحموض الأمينية الأحادية Monoamino acids والتي تُعرف باسم الثورأدرينالين Noradrenalin والسيروتونين Serotonin والهستامينات Histamines (وجميعها ذات تأثير استتاري في الجهاز العصبي للجسم) والدوبامين Dopamine الذي يتصف بتأثير مثبط.

ربما تكون قدرة الجهاز العصبي المركزي على التفاعل بشكل فوري أو آني تقريباً تجاه منبه ما (مثل الإحساس بالحرارة أو البرد أو الروائح... إلخ)، حتى في أبعد جزء من الأطراف، ناجماً عن المنشأ المشترك للجهاز العصبي؛ فالجسم مكون من تريليونات الخلايا الجيدة التجهيز فرادياً. وكل خلية لها ذاكرة قادرة على إعادة إنتاج أي عدد من المواد الكيميائية والوظائف في الجسم. وعندما تنتسخ الخلايا، تأخذ الخلايا المنتسخة كل ذاكرة الخلية الأم Mother cell؛ وتحتز هذه الذاكرة أو هذا التأثير التنسخي Duplicating effect بفعل الحمض النووي الريبي المزروع الأكسجين Deoxyribonucleic acid أو الدنا DNA، إذ يتحكم هذا الحمض بوظائف الجسم من خلال المستقبلات الحسية المختلفة التي توجد على سطح كل

خلية. كما يتنسخ أو يتضاعف الدنا DNA والخصائص الأخرى لخلايا الفرد، ويحمل ذلك بذناً من الحياة الأحادية الخلايا. وبما أن الجسم مكون من خلية واحدة، يكون من الممكن انتقال الذاكرة نفسها عبر تنسخ الذاكرة في كل خلية.

يسبب الأدم الظاهر المضغفي (في الجنين) Embryonic etoderm كامل الجهاز العصبي، بما في ذلك الجهاز العصبي المركزي والمحيطي والمستقل، فضلاً عن المستقبلات الحسية واللمسية... إلخ. ويعد هذا المنشأ مسؤولاً عن قدرة الجسم على القيام بوظيفته كوحدة واحدة (بتوافق كل جزء مع الآخر) من خلال الجهاز العصبي المركزي باستعمال المستقبلات الحسية؛ فعندما تشعر المستقبلات الحسية بشيء ما في الوحدة الوظيفية ضمن الجسم، ترسل رسالة إلى الجهاز العصبي المركزي، وتنقل هذه الرسالة منه إلى كل خلية في الجسم عبر الألياف العصبية الثابتة Centrifugal أو الصادرة Efferent؛ ثم يحصل تغير في كامل الجسم يؤدي إلى قبول المنبه أو رفضه.

عندما يصل المنبه إلى الدماغ (بشرط ألا يكون منتقلاً بدارة قصيرة من خلال ضرر عصبي أو انسداد أو استحابة كيميائية فائقة بسبب عيب ما في الناقل العصبي)، يتقبل الدماغ الرسالة؛ ثم يشكل استحابة ما وينقلها إلى جميع المستقبلات الأخرى في الجسم. وتلقى المستقبلات بدورها الرسالة على أنها ضارة أو غير ضارة؛ فإذا تلقت المستقبلات الرسالة على أنها ضارة، ترفضها وترسل ما تكتشفه إلى الدماغ؛ ولكن إذا وصل المزيد من المنبهات ذات التفاعلات السلبية إلى الدماغ، يتقبل الدماغ رسالة الرقص من معظم المستقبلات. وبما أن استجابات الدماغ مجردة (غير متحيزة)، تتفاعل المستقبلات الموافقة لمنطقة المنبهات وفقاً لذلك، مستنفرة أفعالاً مناسبة. وفي أسوأ سيناريو، عندما لا يستطيع الجسم تجنب أو رفض المنبه بشكل فاعل، فإنه يطلق تفاعلاً محاولاً من خلاله صرف المنبه عنه.

يعد الجهاز العصبي المستقل Autonomic هو الجهاز العصبي الذي ينتج استجابات سلبية تجاه المنبه في معظم الأحيان، لا سيما تجاه المنبه التحسسي (الأرجحي)؛ وهو يتكون من جزئين، لاوذي Parasympathetic ووذوي Sympathetic، مثلما ذكرنا آنفاً. وتعد التفاعلات اللاوذية موضعة Localized

من الناحية الفيزيولوجية، فهي تُبطئ سرعة القلب وتزيد التأثير الغدي والتمعجي Peristaltic للأمعاء والأخشاء الجوفاء الأخرى. وبالمقابل، تتجلى الأنشطة الودية باستجابات مجموعية نحو المنبه. فهي تشتمل على زيادة الجريان الدموي إلى القلب والرئتين والعضلات والدماغ من خلال تضيق Constricting الأوعية الدموية تحت الجلد. كما تشتمل الأنشطة الأخرى على تسريع القلب ورفع ضغط الدم وإنقاص التمعج Peristalsis (حركات الأمعاء)... إلخ.

تُحضر أنشطة الجهاز الودي الجسم لفعاليات وأنشطة زائدة. ويتصف تأثير الجهاز الودي من الناحية الكيميائية الحيوية بتشكيل النورأدرينالين Noradrenalin والأدرينالين Adrenalin (مع بعض الإنزيمات الأساسية الأخرى) لتحضير الجسم للتفاعل (رد الفعل).

يستطيع المعالجون اليدويون (الخبراء بالمعالجة اليدوية) Chiropractors، الذين يتخصصون في دراسة العمود الفقري، تحقيق شفاء خارق في بعض المرضى من دون استعمال أية عقاقير، لأن الأعصاب الودية تخرج من المنطقة الظهرية للحبل الشعاعي (النخاع الشوكي). وتوجد مجموعة من نقاط الوخز الإبري الهامة على بعد 1.5-2.5 سم على جانبي العمود الفقري؛ وهي ترتبط مباشرة بالأعضاء الحيوية والوظائف العضوية. ويؤدي التنبيه الصحيح لهذه النقاط إلى استجابات إيجابية متماثلة في المرضى. هذا، ويقوم اختصاصيو العمود الفقري والوخز الإبري بتنبيه النشاط العصبي الودي واللاودي، كما يقومون خلال هذه العملية بإزالة عوائق الطاقة العصبية من مسالك الطاقة لإعادة الجريان الحر للطاقة العصبية في الجسم. وقد تعلم هؤلاء الأطباء الممارسون من الشرق والغرب المناورة مع الجهاز العصبي المستقل لمنفعة المريض، ولتشجيع طاقة الشفاء ضمن الجسم نفسه، من دون إدخال مواد كيميائية غريبة.

لقد أصبح الجهاز العصبي مادة لدراسة طبية معقدة أبعد من هذه النقطة؛ ولكن يكفي أن نقول بأن أي منبه صغير تحسسه أية خلية عصبية استقبالية في الجسم، سوف يؤدي إلى تفعيل عملية تصنيعية لمئات الأنواع المختلفة من المواد الكيميائية. وكل منها يساعد الأعصاب على إحداث استجابات ملائمة تجاه منبه معين.

الفصل السادس

علم الحركة والوخز الإبري

يُشيرُ مُصْطَلَحُ "التمارين الحركية Kinesiology" إلى علم الحركة. وكان أوَّلَ من اقترحه عام 1964 الدُّكتور جورج جودهارت Dr. George Goodheart، من ديترويت Detroit وهو طَبِّبٌ في طبِّ المعالجة اليَدَوِيَّة Chiropractic medicine؛ فقد تَعَلَّمَ الدُّكتورُ جُودِهَارْت من خلال ممارسته الكثيرَ عن حالة المرضى باستعمال حركاتٍ مَعزُولَةٍ للعضلات المختلفة. هذا، وتُمكنُ طرائقُ العَزَلِ Isolation techniques (وهي إجراءٌ في المعالجة اليَدَوِيَّة) من اختبار قوَّة عَضَلَةٍ مفردة أو مجموعة عَضَلَاتٍ من دون مساعدة العضلات الأخرى. وقد استنتج الدُّكتور جودهارت، بمساعدة الدُّكتور هيتريك Dr. Hetrick وآخرين بَعْدَ عَدَدٍ من التَّجارب، أنَّ اضطرابَ التَّوَازُنِ البَنِيَوِي يؤدي إلى خَلَلٍ في كامل الجسم. ويقوِّدُ هذا الخَلَلُ إلى بَعْضِ الاضطراباتِ الغَدِيَّة والعَضَوِيَّة والعَصَبِيَّة المركزية. وقد كانت النتائجُ التي حصلَ عليها مشاهِدَةً لما لاحظها الأطبَّاءُ الصِّينِيُّون الرُّوَادُ أيضاً.

يَنْصُ عِلْمُ الحَرَكَةِ على أنَّه عندما يحدثُ خَلَلٌ في الجسم، لا تقومُ القوَّةُ الكهربائيَّةُ أو التَّوَازُنُ البَنِيَوِي بوظيفته بشكلٍ طَبِيعِيٍّ؛ وعندما يحدثُ ذلك، يُرْسَلُ الجهازُ العَصْبِي المركزي إشارةً تتجه إلى كُلِّ خَلِيَّةٍ من الجسم عبر شبكةٍ من الخلايا العَصَبِيَّة الحسِيَّة والحركِيَّة. وتكونُ هذه الخلايا قادرةً تحت الأوامرِ المباشرة من الدِّماغِ على نَقْلِ الرِّسَائِلِ من الدِّماغِ وإليه على الدَّوام. وتجري الطَّاقَةُ الكهربائيَّة، أو قوَّةُ الحياة Life force، عبرَ هذه الخلايا العَصَبِيَّة التي تُمثِّلُ قنوات الطَّاقَةِ Energy channels؛ وقد أُطْلِقَ على هذه الطَّاقَةِ أَسْمَاءٌ مُخْتَلِفَةٌ من قَبْلِ مُخْتَلِفِ الأشخاص: فبالصِّينِي تُسَمَّى "تشِي Chi"، وبالسَّنسكريتي Sanskrit تُسَمَّى "برانا Prana"، وبالإنكليزي تُسَمَّى "قوَّة الحياة" أو "الطَّاقَةُ الحيويَّة Vital energy". أمَّا بالمصطلحات البسيطة لطرائقِ إِزَالَةِ التَحسُّسِ بحسبِ نامبودرياد NAET، فتُسَمَّى بالطَّاقَةِ.

واستناداً إلى الصينيين، يُعدُّ الجريان الحرُّ للطاقة ضرورياً لقيام الجسم بوظائفه الطبيعية. وعندما يحصلُ عائقٌ في جريان الطاقة لديك، تُصابُ بالمرض. كما أنَّ الرسائلَ من الدماغ وإليه تمرُّ عبر قنوات الطاقة هذه أيضاً. وتسيرُ الطاقةُ ورسائلُها من خليةٍ إلى أخرى بوحدة النانو - ثانية (جزء من بليون. من الثانية) Nanoseconds.

لقد درسَ الأطباءُ والفلاسفة الصينيون الرواد، منذ سنوات عديدة، مسالك الطاقة هذه وشبكات جهاز الطاقة في الجسم البشري، من خلال ملاحظة الناس الأحياء ووظائف أجسامهم السوية وغير السوية. وتعلَّم الصينيون المناورة مع مسالك الطاقة هذه أو خطوط الطول Meridians لمصلحة الجسم. ولم يكن هناك، قَبْلَ نحو أربعة آلاف سنة، أجهزةٌ علميةٌ لاستشعار أو ملاحظة وجود جريان الطاقة ومسالكتها. أمَّا الآن فمن الممكن دراسة جريان الطاقة ومسالكتها وتقبُّهما باستعمال التصوير الفوتوغرافي الكيرلياني Kirlian photography ونظائر اقتفاء مشعة Radioactive tracer isotopes. ومع أنَّ وجودَ مسالك الطاقة في جسم الإنسان لم يثبتْ إلا في وقت متأخر نسبياً، لكنَّ الأطباء الصينيين افترضوا وجودها وأثبتوا ذلك منذ وقت طويل.

واعتماداً على نظرية الطب الصيني، يمكن أن يؤدي أيُّ انسداد في جريان الطاقة في مسالكها إلى خللٍ توازنٍ في الجسم؛ وقد يُسبِّبُ أيُّ خللٍ توازنٍ حصولَ المرض. وحتى ينحو الجسمُ من خللٍ التوازن، لا بدَّ من إزالة السبب؛ ويقتضي ذلك أنَّه إذا كانَ عائقُ الطاقة Energy blockage هو سبب اضطراب التوازن، عندئذ لا بدَّ من إزالة العائق حتى يُستعادَ التوازن. وعندما يكونُ الجسمُ في حالة توازنٍ كامل، لا يمكن أن يحصلَ أيُّ مرض. وحينما تُوضعُ إبرُ الوخز الإبري في نقاط مختلفة من خطوط الوخز الإبري، تُزالُ عوائق الطاقة مؤقتاً، وتتحقَّق حالة التوازن؛ وهذا ما يفسِّرُ أنَّ الوخز الإبري Acupuncture يُعالجُ مختلفَ العلل.

تنصُّ النظرية الطبية الصينية Chinese medical theory على أنَّ الجريان الحرَّ للطاقة عبر خطوط الطول ضروريٌّ للحفاظ على توازن تام في الجسم. وفي الولايات المتحدة، وخلال القرن التاسع عشر، ذكرَ مؤسسُ المعالجة اليدوية (طب

العمود الفقري) دانيال دافيد بالمر Daniel David Palmer "أن فرط الطاقة أو نقصها الشديد يؤدي إلى المرض". ومع أنه يُعتقد بأن بالمر قد لا يكون على دراية بالطب الصيني، لكن نظريته اتفقت مع نظرية الطب الصيني القديم بالنسبة إلى "الجريان الحر للطاقة".

وفي أواخر القرن التاسع عشر تنامي طب المعالجة اليدوية الأميركي تحت إشراف دانيال دافيد بالمر، حيث تعلم الأطباء اليدويون (أطباء العمود الفقري) من خلاله أهمية إرساء الطاقة ومناورة القطع الفقرية والجزور العصبية لجعلها في ترانصف تام، وإعادة الجسم إلى حالة التوازن. وفي الشرق، جرى تطوير الوخز الإبري الإبري اعتماداً على النظرية الصينية القديمة. وحاول اختصاصيو الوخز الإبري الشرقيون إعادة التوازن من خلال التعامل مع خطوط الطاقة في مختلف نقاط الوخز الإبري، وذلك بقرز الإبر لإزالة العوائق واستعادة الجريان الحر للطاقة على طول مسالكها. وعمل الشرق والغرب، من دون أن يدرك أي منهما ما اكتشفه الآخر، بأسلوب متماثل باتجاه الهدف نفسه: استعادة توازن الطاقة وتخليص المرضى من آلامهم.

وقد تحقق الطرفان من أن فرط جريان الطاقة أو نقص جريانهما، أو فرط الطاقة أو نقصها بمعنى آخر، هو سبب اضطراب التوازن. وعند استعادة الجريان يعود التوازن.

كيف يمكن أن نزيل سبب العوائق؟

ماذا نعي بفرط الجريان أو التدفق Overflow أو نقصه - أي فرط الطاقة أو نقصها؟ عندما نُقيّم جريان الطاقة بمساعدة المبادئ الصينية، نستطيع مساواة الطاقة أو تشبيهها بالماء، وجريان الطاقة بجريان الماء، وخطوط الطاقة بقنوات الماء؛ فلنفترض أن الماء يجري عبر القناة بشكل حر وانسيابي، وفجأة تندرج صخرة كبيرة من أعلى الهضبة وتسقط في القناة، ممّا يؤدي إلى انسداد في كامل عرض المجرى وحصول سد مؤقت. وبذلك، نستطيع أن نتخيل ما سيحدث بجريان الماء الآن، حيث يمتلئ أحد جانبي المجرى بالماء القادم ويصبح عرضة للفيضان، ولذلك

يَبْنَحُ الماءُ غيرَ القادرِ على التَّحَرُّكِ إلى الأمامِ عن طريقِ آخرٍ؛ وهناك القليلُ من الخيارات، فإمَّا أن يتوزَّعَ الماءُ نحوَ مَجَارٍ وفروعٍ صَغِيرَةٍ يَأْتِي منها، أو يُكوِّنُ قنواتٍ جديدةً، أو يَفِيضُ ببساطة على جانبيِّ القناةِ نحوَ الأرضِ المجاورة. والآن، ماذا يحدثُ على الجِهَةِ الأخرى من الصَّخْرَةِ؟ لا يصلُ الماءُ إلى الجِهَةِ الأخرى، لأنَّ الصَّخْرَةَ الَّتِي سَقَطَتْ تَكوِّنُ سَدًّا موقتًا، ممَّا يودِّي إلى جفافِ الجِهَةِ المِقابِلَةِ من السَّدِّ. وبذلك، تعاني الأرضُ والنباتاتُ المجاورة، المعتمدةُ على الإمدادِ بالماء، من نَقْصِ الماءِ.

تَحْصُلُ الأشياءُ نَفْسُها في جِسمِ الإنسانِ أيضًا؛ فعندما تُسدُّ قِناةُ الطَّاقَةِ الَّتِي تَذهِبُ وتَأْتِي بها بسببِ مُسْتَأْرَجٍ أو مُحسَّنٍ ما (مثل الصَّخْرَةِ تمامًا)، تَدْخُلُ الطَّاقَةُ الضَّارَّةُ في القناة، ويَكوِّنُ خَطَّ الطُّولِ تَعَرُّجًا في المسلكِ (ممَّا يودِّي إلى تَشْجِجٍ عضليِّ Muscle spasm... إلخ)، مثلما يَحْصُلُ مع الصَّخْرَةِ، ويودِّي ذلك إلى إعاقةِ جريانِ الطَّاقَةِ، ولا يَسمحُ لها بالتَّقدُّمِ. ولهذا، تَتَجَمَّعُ الطَّاقَةُ القادمةُ خَلْفَ خَطِّ الطُّولِ أو تأخذُ منحًى جَديدًا عبرَ الفروعِ المِختَلِفَةِ لخطوطِ الطولِ. ومن السَّهْلِ أن تتراكمَ الطَّاقَةُ في القنواتِ والفروعِ والأعضاءِ الأخرى، لأنَّها مُتَّصِلَةٌ بفعاليةٍ مع بعضها البعض في جميعِ خُطوطِ الطَّاقَةِ الأخرى والأعضاءِ والنَّسُجِ ذاتِ الصَّلَةِ، بخلافِ تَيارِ الماءِ الَّذِي يصنَعُهُ الإنسانُ أو الطَّبيعَةُ. وتَمَلُّأُ الطَّاقَةُ المُنْعَكِسَةُ أو المِرتدَّةُ القنواتِ المُشترَكَةَ مُجْبِرَةً إِيَّاهَا على استيعابِ فائِضِ الطَّاقَةِ، فَضْلًا عن جريانِ الطَّاقَةِ الحَاصِلِ فيها إلى حينِ إفراغِ طاقتها في الأعضاءِ والنَّسُجِ المُستَهْدَفَةِ بها. ويودِّي ذلك أحيانًا إلى فرطِ جريانِ الطَّاقَةِ أو فيضائها (غِزارةُ الطَّاقَةِ مثلما نَصَّرَ على ذلك الدُّكتورُ دانيالُ دافيد بالمرُ) في تلكِ القنواتِ وأعضائها الهِدفِيَّةِ. أمَّا الجِهَةُ الأخرى من الانسدادِ وأعضائها الهِدفِيَّةِ، فَتُعاني من نَقْصِ الطَّاقَةِ المُسبِّبِ لِقَلَّةِ جريانها (نَقْصِ الطَّاقَةِ الشَّدِيدِ مثلما ذَكَرَ دانيالُ دافيد بالمرُ) بِشَكْلِ مُشابهٍ لَتَيارِ الماءِ تمامًا.

والآن، لتَقْسيمِ هذا الوَضعِ من خِلالِ نظريَّةِ الوِخزِ الإبري عند وجودِ عائقٍ طَاقَةِ في خَطِّ الطُّولِ، يَنبَغِي أن يَكونَ هناك رُكودٌ Stagnation على إحدى الجِهَتَيْنِ ونَقْصٌ في الجِريانِ على الجِهَةِ الأخرى؛ ويودِّي الرُّكودُ إلى جريانٍ رُجوعيِّ Back flow،

ومن ثمَّ فَرُط جريان إلى مختلف خطوط الطُّول المترابطة. وبما أنَّ جميعَ خطوط الطُّول أو مسالك الطاقة تَرْتَبِطُ بالأعضاء الحيويَّة الرئيسيَّة المختلفة، لذلك يؤثِّر أيُّ جريان رجوعي وفرط جريان في هذه الأعضاء مباشرةً أو بشكل غير مباشر. ويمكنُ أن يُؤدِّي رُكودُ الطاقة إلى أوجاع مُوضَّعة أو آلام أو انزعاج. أمَّا الجريان الرُّجوعي أو فَرُطُ الجريان فقد يُؤدِّي إلى خَلَل وظيفي في الأعضاء الحيويَّة ذات الصِّلَة أو إلى متلازمة "Excess الفيز". وأمَّا نَقْصُ الجريان على الجهة الأخرى من العائق فيؤثِّر أيضاً في مجموعة أخرى من خطوط الطُّول والأعضاء المرتبطة بها، ممَّا يُؤدِّي إلى حصول متلازمات العَوَز Deficiency syndromes في تلك الخطوط وفي الأعضاء والنسج المرتبطة بها.

ولتقييم الحالة أكثر من خلال مَعْرِفَتنا الطَّبية الغربية، يمكنك أن تُفسِّر السَّبَب الذي يُؤدِّي بالمشكلة الصَّحيَّة إذا لم تُعالجْ إلى عددٍ من المشاكل الصَّحيَّة الأخرى؛ فقد تبدأ الحالة عند الشَّخص بمشكلة صحيَّة بسيطة، مثل الرُّشح أو الزُّكام الشائع Common cold الذي ينجمُ عن فيروس أو جراثيم أو مُسْتَأْرَج؛ وهذا ما يقودُ إلى اضطراب الطاقة في مَسارِ الطاقة التَّنَفُّسي Respiratory energy pathway، فيحاول الجسمُ إزالة الجسم الغريب أو عائق الطاقة من خطِّ الطُّول بالعُطاس وسيلان الأنف... إلخ. وتؤدِّي المحاولة غير النَّاجحة في إزالة العائق (الصِّراع بين قوى الجسم الدِّفاعية والمادَّة الغريبة لإزالة الانسداد من الجسم) إلى توليد الكثير من الحرارة في الجسم، الأمر الذي يُسبِّب الحمَّى. ويُغزو جريان الطاقة المَعكوس Reversed energy النُّسج المجاورة، ويؤدِّي إلى تجمُّع اللَّفِّف Lymph، ممَّا يقودُ إلى السُّعال والاحتقان الصَّدْري والتهاب القصبات والالتهاب الرئوي والرُّبو واحتباس الماء وفشل القلب الاحتقاني... إلخ. أمَّا نَقْصُ الإمداد بالطاقة على الجهة الأخرى من خطِّ الطُّول، فيُسبِّب قَلَّة الشهية وعُسْر الهضم Poor digestion ونَقْص تَمَثُّل المُغذِّيات الأساسيَّة والتَّخلُّص من السُّموم والفشل الكلوي والكبدية... إلخ. وتبدأ جميعُ هذه الأحداث بالتأثير في كامل الجسم، ممَّا يُؤدِّي - في نهاية المطاف - إلى اضطراب وظائف الأعضاء الحيوية كافَّة، أو إلى توقُّفٍ كامل في جميع الوظائف، وهذا ما يُسبِّب الموت.

يَسْتَطِيعُ اختصاصيُّ الوَخَزِ الإبري Acupuncturist المدربُ التَّمييزَ بينَ فَرْطِ جريانِ الطَّاقَةِ ونَقْصِ جريانها وخُطوطِ الطُّولِ والأعضاءِ المصابة. وعندما تُطَبَّقُ المعالجةُ لتَغْزِيْزِ الجريانِ النَّاقِصِ أو نقصِ الوظيفةِ العضويَّةِ، معَ تَصْرِيفِ فَرْطِ أو فائِضِ الجريانِ في خُطوطِ الطُّولِ والأعضاءِ، يَتَحَقَّقُ التَّوَازُنُ بِشَكْلِ أَسْرَع، وهذا ما يَفْعَلُهُ الوَخَزُ الإبري في الممارسة. وتَقُومُ طَرائِقُ اختباراتِ نامبودرياد NTT وطرائقُ إزالةِ التَّحَسُّسِ بحسبِ نامبودرياد NAET على نظريَّةِ الوَخَزِ الإبري، لكن مع

تَقُومُ طَرائِقُ لاختباراتِ
نامبودرياد العضلية
NTT وطرائقُ إزالةِ
التَّحَسُّسِ بحسبِ
نامبودرياد NAET
على نظريَّةِ الوَخَزِ
الإبري، لكن مع
خطوةٍ إضافيةٍ... من
دونِ استِعمالِ الوَخَزِ
الإبري الفعلي، حيث
يُمكنُ إزالةُ الانسدادِ
في خُطوطِ الطُّولِ
وتَصْرِيفِ فَرْطِ
الجريانِ فيها وفتحِ
الطَّرِيقِ أمامَ فائِضِ
الطَّاقَةِ من خلالِ
خُطوطِ الطُّولِ
الفارِغة.

خطوةٍ إضافيةٍ؛ فباستعمالِ أفكارِ نظريَّةِ الوَخَزِ الإبري، من دونِ استِعمالِ الوَخَزِ الإبري الفعلي، يُمكنُ إزالةُ الانسدادِ في خُطوطِ الطُّولِ وتَصْرِيفِ فائِضِ الجريانِ فيها، وفتحِ الطَّرِيقِ أمامَ فائِضِ الطَّاقَةِ من خلالِ خُطوطِ الطُّولِ الفارِغة. وبذلك، يَصِلُ الجِسْمُ بكاملِهِ إلى الاسْتِثْبَابِ Homoeostasis. ورُبَّمَا تَكُونُ طَرائِقُ إزالةِ التَّحَسُّسِ بحسبِ نامبودرياد هي الحلقةُ المَفْقُودَةُ الَّتِي يَنبَغِيُ عَنَّا مَخْتَلَفُ المهنيين. وسوفُ نُنَاقِشُ طَرائِقَ اختباراتِ نامبودرياد وطرائِقَ إزالةِ التَّحَسُّسِ بحسبِ نامبودرياد بالتَّفْصِيلِ في الفصولِ اللاحقة.

والخلاصةُ، يَحْصُلُ عائقُ الطَّاقَةِ بسببِ بَعْضِ الاضطرابِ في منظومةِ الطَّاقَةِ؛ فَحَتَّى الأرضُ لها طاقَتُها المغناطيسيةُ الخاصَّةُ: الجاذبيةُ؛ ولكلِّ جِسْمٍ حيٍّ أو غيرِ حيٍّ حَقْلٌ كَهْرَطِيسِي Electromagnetic field يحيطُ بِهِ. وترتبطُ الأَجْسَامُ على الأرضِ بِهَا، بحيثُ تَسْتَطِيعُ أَنْ تَبْقَى جَمِيعاً على سطحِ الأرضِ من دونِ أَنْ تَطِيرَ بعيداً عنها.

وعندما يَقْتَرِبُ جِسْمٌ ما ذي طاقَةٍ من جِسْمٍ آخَرَ ذي طاقَةٍ، فَإِنَّ طاقَةَ الأوَّلِ تَتَبَادَلُ التَّأثيرَ مَعَ طاقَةِ الثَّانِي بِجَذْبِهَا

إِلَى الدُّخُولِ فِي كُتْلَةِ الجِسْمِ الأوَّلِ، والجريانِ عِبرَ مَسَالِكِ الطَّاقَةِ، والخروجِ من دونِ أيِّ انسدادٍ أو عائقٍ؛ وَيَعُودُ السَّبَبُ فِي ذَلِكَ إِلَى أَنَّهُمَا يَتَشَارَكَانِ الشَّيْءَ نَفْسَهُ،

ويتعرَّفان إلى حقل الطَّاقة لكلِّ منهما ويحترمانه، ويمكن أن يتصادقا مع بعضهما البعض، ولا يحدث تنافرٌ بين طاقتيهما اللتين تكونان مُتوافقتين أو متجادبتين.

وأحياناً، لا تميَّزُ طاقةُ الجسمِ الأوَّل طاقةَ الجسمِ الثَّاني؛ فخطوطُ طاقة الجسمِ الأوَّل لا تسمحُ باقتراب طاقة الجسمِ الثَّاني من حقل طاقته دون أن تُبدلَ جميعَ خطوط الطَّاقة الأخرى والقوَّة الدِّفاعية حولَ الجسمِ المُقْتَحِمِ Intruder؛ ويُدعى هذا التَّمَطُّ من التَّفَاعُلِ اضطرابَ الطَّاقة.

تُصِفُ الأجسامُ على الأرض بالتجاذبِ أو التَّنَافُرِ بين بعضها البعض؛ ومن النَّاحيةِ النَّظَريَّةِ، ينبغي ألاَّ يوجدَ أيُّ تنافرٍ بين الأجسام، لأنَّها تمثِّلُ جميعاً جزءاً من العالم، أي أن الأجسامَ تُتبادلُ التأثيرَ بانسجامٍ مع بعضها البعض في الوجود. وبالمثل، ينبغي ألاَّ يبدى الإنسانُ أيَّ تنافرٍ مع أية أجسام أو كائنات حيَّة أخرى حَوَّلَهُ. ولكن، وبسبب الطُّفَرَاتِ والتَّغْيِراتِ الوراثيَّةِ في البيئة على مدى آلاف السَّنين، حصلَ تَغْيِيرٌ في حقل الطَّاقة البشريَّة أدَّى بموجبه إلى جعلنا غير مُتوافقين مع بَعْضِ الأجسام. وعندما نصبحُ بتماسٍ مع إحدى تلك المواد، يحصلُ اضطرابٌ في الطَّاقة؛ ويؤدِّي اضطرابُ الطَّاقة في مسالكها إلى ظُهور عوائق الطَّاقة، ممَّا يُسبِّبُ حالةً من عدم التَّوازن في الجسم، ومن ثَمَّ حُصول حَلَلٍ في الجسم بأكمله في نهاية الأمر، بما في ذلك خطوط الطُّول والأعضاء الحيويَّة والمجموعات العضليَّة المرتبطة بهما.

يَسْتَحِيبُ الجهازُ العصبي المركزي بشكل فوري لوجود المواد الغَازِيَّة أو المُقْتَحِمَة. وقد تُكونُ هذه الموادُ عنصراً ساماً يُسبِّبُ انسداداً في مسار الطَّاقة. ويجري تَسْجِيلُ أية تَغْيِراتٍ حركيَّة في الخلايا بشكل لَحْظيٍّ في حاسوب الدِّماغ؛ ثمَّ يَتَفَهَّمُ الدِّماغُ ذلك على أنَّه مادَّة سامةٌ وضارَّة في كلِّ مرَّةٍ يصبحُ معها الجسمُ بتماسٍ مع تلك المادة، فيَسْتَدْعِي قِوَاهُ الدِّفاعيَّة إلى العمل. وبما أن إحدى الوِظائفِ الرئيسيَّة للدِّماغ هي الانتباه لسلامة الجسم، لذلك يحاولُ الدِّماغُ التَّخَلُّصَ من المواد الضَّارَّة وحماية الجسم في كلِّ مرَّةٍ يستشعرُ فيها وجودَ هذه المواد.

تُكونُ الاستجاباتُ في معظم الأحيان خَفِيَّةً ومُسْتَرَة، حيث تختفي وراءَ مئات الاستجابات اللحظيَّة التي تحصلُ معاً. ولكنَّ الاستجابة الخاصَّة تجاه المادَّة السَّامة

تَكُونُ واضحةً وملحوظةً عندَ استفرادٍ أو عَزَلِ التَّماسِ مع السُّمِّ والمجموعة العضليَّة والأعضاء المصابة. وَيَقُومُ دماغنا بِتَسْجِيلِ كُلِّ حَرَكَةٍ في خَلايا الجِسم؛ وعند وجود عُنْصَرٍ غير مناسب مُسَبِّبٍ لاضطراب الطَّاقَةِ في مساراتها، يحصلُ عائقٌ في جريان الطَّاقَةِ، وينتقلُ الجِسمُ إلى حالةٍ من انعدامِ التَّوَازُنِ والاضطرابِ في وظائفِ الجِسمِ الطَّبيعيَّة؛ فيَقُومُ الدِّماغُ، مِنْ خِلالِ أليافه العصبية الحسَّية الوفيرة والموجودة في مختلفِ أجزاءِ الجِسمِ، بِاسْتِشْعَارِ هذه التَّغْيِراتِ والاضطراباتِ وتَسْجِيلِها مباشرةً. وَيُنَظِّمُ الجِريانُ الطَّبيعيُّ للطَّاقةِ جميعَ وظائفِ الجِسمِ ويتحكَّمُ بها، بما في ذلك وظائفِ الجهازِ المناعي. وعندَ وجودِ اضطرابٍ في الطَّاقَةِ، تَتَبَدَّلُ جميعُ وظائفِ الجِسمِ، وَيُسَجَّلُ الدِّماغُ هذا الحدث.

فَعَلَى سَبِيلِ المِثَالِ، عندما تَتَعَرَّضُ لِمادَّةٍ يُعْرَفُ عنها إحداثُها لاضطرابٍ في الطَّاقَةِ، مثل الفريز (الفراولة)، يُسَجَّلُ ذلكُ في حَاسُوبِ الدِّماغِ على الفور. وعندما يَتَعَرَّضُ الجِسمُ مرَّةً ثانيةً لهذه المادَّةِ، يَسْتَشْعِرُ دماغك الخطرَ، ويستنفر قواه الدِّفاعية للمساعدة على التَّخَلُّصِ من الفريزِ المُسَبِّبِ لاضطرابِ الطَّاقَةِ (وهذا ما يُسَبِّبُ بدوره خَلَلَ التَّوَازُنِ والمرضِ في جِسمك). وَيُيَدِّي معظمُ النَّاسِ المُتَحَسِّسِينَ للفريزِ تَفَاعُلًا عَنِيفًا عندَ أَكْلِ الثَّوْتِ. وَيَكُونُ العَطاسُ وسيلانُ الأنفِ محاولةً من الأعضاء المصابة للتَّخَلُّصِ مِنْ مُهَيِّجٍ ما دَخَلَ الجِسمِ. وعندما يَظْهَرُ شَرَى عَمَلاقِ Giant hives ، يَدُلُّ ذلكُ على وُجُودِ سائِلٍ مائِيٍّ في النُّسُجِ، وقد يَتَصاحَبُ ذلكُ بَقِيءٍ وإسهالٍ شَدِيدِينَ أَيْضًا. وَرَبِّمَّا يَكُونُ ذلكُ ناجِمًا عن تأثيرِ مُختَلَفِ القُوى الدِّفاعية العاملة في الجِسمِ والهادِفة إلى التَّخَلُّصِ مِنَ السُّمُومِ المُتَبَقِّية.

وما دَامَتِ الطَّاقَةُ تَجْري بِحَرِيَّةٍ عِبرَ مسالكِها، تَكُونُ أنتُ بعيداً عن المرضِ؛ ولكن يَمْكَنُ لأَيِّ رَضٍّ جِسديٍّ أو فيزيولوجيٍّ أو نَفْسيٍّ أَنْ يُسَبِّبَ اضطراباً في جريانِ الطَّاقَةِ عِبرَ خُطُوطِ الطُّولِ. كما يَمْكَنُ تَضْمِينُ وجودِ أيِّ موادٍ مُحَسَّسةٍ، مثل الأَطْعَمَةِ أو الأَقْمِشَةِ أو الحَيَواناتِ أو المَوادِّ، في صِنْفِ العَنَاصِرِ الَّتِي قد تُسَبِّبُ اضطراباتٍ جِسديةً وَعَوائِقَ في الطَّاقَةِ. كما يَمْكَنُ أَيْضًا تَضْمِينُ التَّأثيراتِ التَّلَوِيَّةِ Aftereffects للأَطْعَمَةِ المُحَسَّسَةِ والكحولِ والعقاقيرِ... إلخ في صِنْفِ الاضطراباتِ الفيزيولوجيَّة؛ فَتَنَاولُ الكثيرَ مِنْ أيُّونِ كلوريدِ الصُّودِيومِ مثلاً يَمْكَنُ أَنْ يُؤدِّيَ إلى

احتباس السوائل في الجسم؛ وقد يُسبب احتباس السوائل تورماً في النسيج، ممّا يُهيج الأعصابَ ويُسبب الألم والانزعاج في الجسم، ويقود ذلك بدوِّه إلى اضطراب الوظيفة الفيزيولوجية للأعضاء الأخرى والإخلال بالتوازن في كامل الجسم.

أمّا الصنف الثالث من العناصر أو المواد المسببة لاضطراب التوازن فهو الاضطرابات النفسية أو الانفعالية. ويمكن لفرط الضحك والغضب والأخبار الصادمة أو الحزينة وفقدان الأحبة المفاجئ والخسارة المالية الكبيرة والكوارث الطبيعية (مثل الحرائق والزلازل... إلخ) أن تُسبب اضطرابات الطاقة وعواقبها، ممّا تقود إلى خلل التوازن في خطوط الطول والأعضاء والمجموعات العضلية المرتبطة بها؛ فإذا كُنْتَ تستعمل أو تأكل مادة مؤرّجة، وجسمك في مثل هذه الحالة من خلل التوازن، يمكن أن يُعاني جسمك من آلام التفاعل التحسّسي بأعلى درجاته.

إذا لم يُعانِ الجسم من رضٍ كبير، فربّما تبقى الحالات التحسّسية (الأرجيات) خفيفة أو أقلّ تفاعلاً؛ فعندما يكون الجسم في حالة من التوازن، لا تُبدي معظم الحالات التحسّسية تفاعلاتها المألوفة؛ وهذا ما يُفسّر أن معظم التظاهرات التحسّسية تحصل بعد رضٍ أو حادث كبير في حياة الشخص (مثل حادث سيارة أو حادث آخر، أو الأمراض الهامة، أو فقد عزيز، أو خسارة مالية أو مهنية، أو ولادة، أو جراحة... إلخ).

ولكن، عندما تُعاني من رضٍ كبير، يستعمل جسمك جميع قواه الدفاعية للتغلب على هذا المأزق. ويستهلك الجسم رصيده الكامل من القوة في محاولة منه لإنقاذك من الرض؛ فإذا دخل مُستأرج (مولد الأرجية) ما الجسم في هذا الوقت، يصبح عاجزاً عن الدفاع عن ذاته ويقع ضحية سائغة للهجمة التحسّسية. وفي أثناء هذه العملية، يصبح الجهاز المناعي مُستنفداً، وترداد العوائق، ويتفاقم الركود واضطراب جريان الطاقة في الجسم، فتبدأ عوائق الطاقة على الفور بالتأثير في النسيج والأعضاء؛ وتحوّل التغيرات المؤقتة إلى تغيرات دائمة؛ وتُصاب أعضاء الجسم المختلفة بأمراض وأعراض مختلفة، مثل صداع الشقيقة Migraine والربو والتفاخ Emphysema والتهاب المفاصل والاضطرابات الرئوية والأورام والسرطانات وفيروسات إيبشتاين بار Epstein-Barr viruses والسّل واضطرابات العوز المناعي

الأخرى. واستناداً إلى هذا التفسير، يمكن أن ترى كيف يبدأ المرَضُ باضطرابات بسيطة في التوازن في الجسم نتيجة العوائق في جريان الطاقة.

يساعد الوخز الإبري في نقاط معينة على إزالة العوائق في الجسم، من خلال إيجاد مخرج بواسطة غرز الإبر؛ فالطاقة الضارة الناجمة عن المستأرج، والتي تُسبب العوائق في خطوط الطول، تتحول إلى حرارة، وتؤدي هذه الحرارة إلى التأثير تحت الضغط. وعندما تُغرز الإبرة، تجد الحرارة تحت الضغط فرصة مواتية للخروج، لأن الإبر المعدنية تستطيع نقل الحرارة من المناطق الساخنة بشدة إلى المناطق المنخفضة الحرارة؛ ويسمح غرزها بإفلات الحرارة تحت الضغط. أما الحرارة الصادرة من داخل الجسم فلا تخرج عبر الجلد، بسبب قدرة الجلد على تأمين عزل قوي؛ وهذا ما يُفسر الحاجة إلى الإبرة لسحب الحرارة المتراكمة من الطبقات الداخلية. ويمكن رؤية اندفاع أو طرد Expulsion الحرارة فوراً بعد غرز الإبرة بشكل احمرار وانتبارات (أطفاح) أو بثرات حمراء؛ وكلما زاد احمرار المنطقة، زاد مقدار الحرارة المتراكمة والمتباعدة من الجسم.

لقد انتشر علم الحركة والوخز الإبري كثيراً، لأن ظهور الأول كان معتمداً على نظرية الوخز الإبري. ويمثل "آي تشينغ I Ching" الصيني علم الحركة في الطب الشرقي، وقد مارسه الصينيون لسنوات عديدة. وقد نأى الكثير من الأطباء الصينيين الرواد بأنفسهم عن الاشتراك فيما لديهم من معرفة مع أئندادهم وطلابهم خوفاً من فقد سلطتهم ومناصبهم. وربما توارت هذه المعرفة الهامة جداً مع مرور السنين. ولكن، مهما يكن، تُعد معرفة العلماء الصينيين ببنية الجهاز العصبي وجهاز الدوران واضحة في تحديدهم لنقاط الوخز الإبري.

يمكن أن تؤدي الأعشاب إلى شفاء مماثل؛ فالقوة الكهربائية لبعض الأعشاب ذات قدرة فعلية على دخول خطوط الطول الانتقائية وإزالة عوائق الطاقة من الجسم لاستعادة توازن الطاقة. ويمكن لطبيب الأعشاب المتدرب جيداً أن يخرج بالنتيجة نفسها، مثل طبيب الوخز الإبري. وقد تؤدي المشاركة بين الوخز الإبري والأعشاب إلى نتائج ممتازة.

يُعدُّ الجهل أسوأ عدو للتقدم؛ فأطباء الطب الغربي يعتمدون على أحدث الوسائل والأدوية العلمية، ولا يشجع معظمهم النظر إلى الجسم ودراسة طاقته

الذاتية في الشفاء الطبيعي؛ فالتنبؤ المناسب للجسم والدماغ يمكن أن يُنتج مواد ضمن الجسم إذا أُعطيَ الفرصة لذلك، بما فيها الأدرينالين Adrenaline والثيروكسين Thyroxin والبيثوتروپين Pituitropin والسيروتونين Serotonin والدوبامين Dopamine والإندورفين Endorphin والدينورفين Dynorphin والإنكيفالين Enkaphalin والإنترفيرون Interferon والوسائط المناعية، وهذه تُؤدِّي إلى شفاء الكثير من المشاكل. كما أن الدماغ قادرٌ على إيجاد مفرزات دوائية مناسبة تتحرر نحو النسيج والأعضاء المستهدفة عند الحاجة لتشتفي من العدوى والتَّحسُّس والسُّل وأمراض العوز المناعي... إلخ ما دام الدماغ يتلقى التعليمات الصحيحة. وقد أمكنَ إيضاح ذلك مراراً، وثبتَ في الكثير من الحالات التي عولجت بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. ومن الضروري أن نرفع مستوى الجهاز المناعي الذي يؤمِّن المقومات الصحيحة لإيجاد الترياق الضروري لأية حالة. ويحتاج الدماغ إلى التعليمات الصحيحة لإيجاد هذه الترياقات، وهذا ما يتحقَّق من خلال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. وعندئذ، تتفعل القدرة الكاملة للدماغ، ويحصل الشفاء المناسب في الجسم. وعندما يكون الجهاز المناعي بحالة مثالية من الأداء، يستطيع جسمك تشكيل أضداد تؤدِّي إلى التخلص من هذه المشاكل الصحية العالقة، تاركة الجسم في حالة من التوازن المثالي. وإذا ما تعاون جميع العاملين في الطب من مختلف الحقول، من خلال التشارك وتعلم الطرائق والممارسات الأخرى المختلفة بشكل شمولي ومفتَّرن، فسوف تُكَمَّل المعرفة الطبية الشرقيّة والمعرفة الطبية الغربية بعضهما البعض. وسوف يكون باستطاعة ملايين الأشخاص المرضى في العالم أن يروا بعض الضوء في نهاية النفق المسدود.

إن هذه الطريقة الجديدة مُباركة، لا سيَّما بالنسبة إلى مئات الأشخاص المتَحسِّسين الذين وجدوا العون فيها. ويتأزر كلٌّ من علم الحركة والوخز الإبري في مساعدة الناس بشكل كبير من خلال إزالة عوائق الطاقة من مسالكها؛ كما أنَّهما يُساعدان الأشخاص الأصحاء على المحافظة على حيويّتهم في الوقاية من عوائق الطاقة. ويمكن الاستفادة من هذين العلمين في حفظ الصحة الجيدة من خلال تشجيع التغذية الصحيحة وعادات المعيشة المناسبة والمواقف الفكرية القويّة والتمارين.

الفصل السابع

اختبارات الاستجابة العضلية

تُعَدُّ اختبارات الاستجابة العضلية إحدى الوسائل التي يستعملها علماء الحركة Kinesiologists لاختبار اضطرابات التوازن الحركي في الجسم. ويمكن استعمال اختبارات الاستجابة العضلية نفسها في كشف المستأرجات (المولدة للتحسس) التي تُسببُ التفاعلات التحسسية والاضطرابات المعتمدة على التحسس في الجسم.

عندما تقترب الطاقة الكهرطيسية (الكهرمغناطيسية) المتنافرة (غير المتولفة) Incompatible للمستأرج من حقل طاقة الشخص، يحصل تنافر؛ وإذا لم نتعرف إلى هذا التأثير التنافري، تقترب مراراً من المستأرجات (سواء أكانت أطعمة أم أشربة أم مواد كيميائية أم مواد بيئية أم حيوانات أم أشخاصاً)، وتبادل التأثير مع حقول طاقتها. ويؤدي اضطراب الطاقة هذا إلى عوائق الطاقة في خطوط طولها، مما يقود إلى اضطراب التنظيم في وظائف الجسم وحصول أنماط مختلفة من التفاعلات والأمراض التحسسية.

ولمنع المستأرج من إحداث المزيد من الاضطراب بعد ظهور العائق الأولي، يُرسل الدماغ رسائل إلى كل خلية في الجسم لرفض وجود المستأرج. ويتبدى هذا الرفض بشكل تنافر، ويمكن أن يشاهد هذا التنافر على هيئة أعراض جسدية وفيزيولوجية ونفسية عند الشخص، مثل ضعف الأطراف والتعب والأوجاع والآلام والأرق والإمساك والغضب والاكتئاب، والكثير من الأعراض المزعجة الأخرى.

كانت تينا Tina، وهي فتاة بعمر 9 سنوات، تخضع للمعالجة من الربو بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد؛ وقد عولجت من عناصر طعامية مختلفة، وكانت قادرة على تناولها جميعاً من دون أن تتعرض لديها نوبة الربو.

وفي أحد الأيام، أخذها والداها إلى مطعم صيني؛ وعندما جيء بالطعام إلى الطاولة، همست فوراً لوالدها بأنها تعتقد أن لديها تحسّساً لبعض الأطعمة الموجودة على الطاولة، ويمكن أن تمرض إذا أكلت الطعام؛ ولكن أمها تجاهلتها وأرغمتها على تناول الطعام، قائلة لها بأنها قد عُولِجَت من كافة هذه الأطعمة. وقبل أن تُنهي أكلها، أُصِيبَتْ بنوبة ربو، وقد جَلَبَتْ الأمُ المشوْشة عينةً من كل شيء أكلته الفتاة إلى العيادة في اليوم التالي. وقد تبيّن أن الطفلة كانت مُتَحَسِّسَةً من الخضار المُشكَّلة التي احتوت على الكثير من نشا الذرة Cornstarch. ولم تكن قد عُولِجَت بَعْدُ ضدَّ الذرة. ولكن بنت التسع (9) سنوات كانت قادرة على التَّعرُّفِ إلى المُستأرِج قبل أن تأكله، فقد ذكرت أنها بدأت تشعرُ بدغدغة في الحلق بمجرد أن وُضِعَ الطعامُ أمامها، وهذا ما أعطاهها مؤشراً على أنها ربما كانت تتحسّس لشيء ما على الطاولة.

يَتِمَّعُ جِسمُك بوسيلة تحريك بَأْتُك في مشكلة؛ فعندما تقتربُ من المُستأرِجات، يَبدأ دماغُك بِأحداثِ أعراض مختلفة في جِسمك وبدرجات متباينة، مثل: حكة الحلق وسيلان الدمع من العينين ونُوبُ العطاس والسعال والألم غير المُفسَّر في أيِّ مكان من الجِسم والتَّثاؤب والتَّعَبُ المفاجئ... إلخ؛ فإذا تعلَّمتَ كيف تفهم دماغك والمُؤشَّرات التي يعطيها لك، يمكن أن تصبح قادراً على تجنُّب الكثير من الأحداث المُزعِجة في حياتك، بما في ذلك العديد من الاضطرابات الصحيَّة الخطيرة. وتُعَدُّ اختبارات الاستجابة العضليَّة وسيلةً جيِّدة يمكن استعمالها بنجاح للتَّعرُّفِ إلى المُستأرِجات نفسها فيما حولك، وهذا ما كان دماغك يُنذِرُ به من قَبْل. وتستطيعُ، في اختبارات الاستجابة العضليَّة هذه، أن تقارن بين قوَّة عضلة قوية في جِسمك بوجود المُستأرِج المُشْتَبَه به وفي غيابه؛ فإذا أظهرت عضلة قوَّة في اختبار سابق ضعفاً بوجود مادَّة ما، تُكونُ هذه المادَّة من المُستأرِجات؛ أمَّا إذا لم تكن المادَّة قادرةً على إظهار الضَّعف في العضلة القويَّة في اختبار سابق، عندها لا تُكونُ هذه المادَّة من المُستأرِجات. وبذلك يمكن استعمالُ هذا التَّمَط من اختبارات الاستجابة العضليَّة للتَّعرُّفِ إلى وجود جميع المُستأرِجات من حولك.

اختبارات الاستجابة العضلية

(انظر الرسوم التوضيحية لاختبارات الاستجابة العضلية في الصفحات اللاحقة).

يمكن إجراء اختبارات الاستجابة العضلية بالطرق التالية:

1. يمكن أن تُجرى اختبارات الاستجابة العضلية المعيارية Standard بوضعية الوقوف أو الجلوس أو الاستلقاء. وتحتاج إلى شخصين لإجراء هذا الاختبار: الشخص الذي يقوم بالاختبار، أي الفاحص، والشخص الخاضع للاختبار، أي المفحوص.
2. يمكن استعمال اختبار الحلقة البيضوية Oval ring test في اختبار ذاتك؛ كما يمكن استعمال ذلك في اختبار شخص قوي جسدياً، وهذا ما يتطلب شخصين كما في اختبارات الاستجابة العضلية المعيارية.
3. يمكن استعمال الاختبارات البديلة Surrogate testing في اختبار الرضيع، أو الشخص غير المؤثوق، أو الشخص القوي جداً أو الضعيف جداً، أو الحيوان أو الثبات أو الشجر؛ وفي هذه الحالة، يختبر الفاحص العضلة البديلة، حيث يحافظ الشخص على تماس جلدي - جلدي مع البديل Surrogate خلال الاختبار و/أو المعالجة. ولا يتأثر البديل بالاختبارات.

اختبارات الاستجابة العضلية المعيارية

لا بد من شخصين للقيام باختبارات الاستجابة العضلية المعيارية. ويمكن اختبار الشخص وهو بوضعية الاضطجاع أو الوقوف أو الجلوس. وتعد وضعية الاضطجاع Lying-down position الأكثر ملاءمة لكل من الفاحص والشخص؛ كما أنها تخرج بنتائج أكثر دقة.

الخطوة الأولى: يستلقي الشخص على سطح صلب، وإحدى ذراعيه مرفوعة (الذراع اليسرى في الصورة اللاحقة) بمقدار 45-90 درجة عن الجسم بحيث تنحى الراحة إلى الأمام، والإمهام باتجاه إصبع القدم الكبير.

الخطوة الثانية: يَقفُ الفاحصُ إلى الجهة اليمنى من الشَّخصِ، ويحافظُ الشَّخصُ على ذراعه اليُمْنَى إلى جانبه بحيث تَبقى الرَّاحَةُ مفتوحةً باتجاه الهواء، أو تكون بقبضة رَخْوَةٍ. وَيَبْغِي ألا تَلْمَسَ الأصابعُ أيَّةَ مَادَّةٍ أو قماشٍ أو أيِّ جُزءٍ من الطاولة التي تَسْتريحُ الذراعُ عليها، لأنَّ ذلك قد يُعْطِي نتائجَ اختباريَّةٍ خاطئة. و تُرْفَعُ الذَّرَاعُ اليسرى للشَّخصِ بمقدار 45-90 درجة عن الجسم. وتكونُ الرَّاحَةُ اليسرى للفاحصِ بتماسٍ مع المعصم الأيسر للمفحوص (الشَّكْل 7-1).

الخطوة الثالثة: يُحاولُ الفاحصُ، باستعمال يَدِهِ اليسرى، الضَّغْطَ إلى الأسفل على الذراع اليُسْرَى المفحوصة باتجاه إصبع القدم اليسرى الكبير للمفحوص. ويُقاومُ المفحوصُ ضَغْطَ الفاحصِ على ذراعه بعضلاته. وتُدعى العضلةُ المفحوصة "العضلةُ المعنية Indicator أو العضلةُ المُسَبَّقة التَّحْدِيدِ Predetermined muscle". وتَبْقَى العضلةُ المُسَبَّقة التَّحْدِيدِ قويةً إذا كانَ الشَّخصُ بحالة توازن جيِّدٍ وَقَتَ الاختبارات. ومن الضَّروري اختبارُ عضلة قوية مُسَبَّقة التَّحْدِيدِ للحصول على نتائج دقيقة، سواء أكانَ المفحوصُ بحالة من انعدام التَّوازن، أو كانَ الفاحصُ يُجرِي الاختبارَ بشكلٍ غير صحيحٍ إذا كانت العضلةُ أو الذراعُ المرفوعة ضَعِيفَةً وتَتَحَرَّكُ بعيداً تحت الضَّغْطِ من دون وجود مُسْتَأْرج؛ فعَلَى سَبِيلِ المِثَالِ، يمكنُ أن يُحاولَ الفاحصُ التَّغَلُّبَ على قوَّةِ المفحوص. ولكن، لا يحتاجُ الشَّخصُ (المفحوص) إلى تجميع قوَّته من عضلات أخرى في الجسم لمقاومة الفاحص، إذ لا حاجةً إلى تَطْبِيقِ أكثر من 5-10 باوند (2.2-4.5 كغ تقريباً) من الضَّغْطِ على العضلة لمدة 3-5 ثوان. وسوف يشعرُ الفاحصُ بحس "قفل Lock" في ذراعه إذا كانَ يَخْتَبِرُ الذراعَ بِشَكْلٍ صحيحٍ، وكانَ المفحوصُ يُقاومُ الضَّغْطَ بشكلٍ مناسب. وعندما تكونُ العضلاتُ المُخْتَبَرَةُ ضَعِيفَةً، يستطيعُ الفاحصُ تقديرَ الفَرْقِ مع ذلك المقدار الصَّغير من الضَّغْطِ (2.2-4.5 كغ من الضَّغْطِ) الذي يُطَبِّقُهُ، وقد يَبدو من السَّهْلِ جداً القيامُ بذلك، لكن لا بدَّ من الكثير من الممارسة لتعلُّمِ هذا الإجراء بِشَكْلٍ صحيحٍ؛ فإذا لم تكن تستطيعُ الاختبارَ بكفاءة في المَرَّاتِ القليلة الأولى، فلا مُبَرَّرَ للشُّعور بالخِيبَةِ؛ وتذكَّرُ بأنَّ الممارسةَ تجعلُك خَبيراً.

الخطوة الرابعة: إذا بقيت العضلة المعنية قويةً عند اختبارها (وهي علامة على التوازن لدى الشخص)، ينبغي أن يضع الفاحصُ المُستأرجَ المُشْتَبَه به في راحة اليد المستريحة للشخص. وتكون المستقبلات الحسية على أنامل الأصابع حساسة جداً في تمييز المُستأرجات؛ فعندما تمسُّ أناملَ المفحوص المُستأرجَ، تَسْتَشْعُرُ المستقبلات الحسية في هذه الأنامل شحُنات المُستأرجَ، وترسُلُ رسالةً إلى الدماغ. وتمتلك الأناملُ مستقبلات حسيةً تخصُّصيةً يمكنها أن ترسلَ رسائلَ إلى الدماغ، وتستقبل أجوبةً خلال نانو ثانية (جزء من بليون من الثانية)؛ فإذا كانت الشحُنات متوافقةً (غير متنافرة) مع الجسم، تبقى العضلة المعنية قويةً، أمّا إذا كانت الشحنة غير متوافقة، فعندها تُضعفُ تلك العضلة؛ وبهذه الطريقة، تستطيع تحديد الشحُنات المتوافقة أو المتنافرة للأشياء التي تبحثُ عنها.



الشكل 7-1. اختبارات الاستجابة العضلية المعيارية.

الخطوة الخامسة: تُفيد هذه الخطوة في توازن المريض إذا تبين أنه ضعيف في الاختبارات الأولية من دون وجود مُستأرجَ، ويجب أن تجعل أنت عضلة المريض المُفحوصة قوية قبل أن تختبرها، وتُقارِن قوَّة العضلة بوجود المُستأرجَ وفي غيابه؛ حيث يضعُ الفاحصُ أناملَ إحدى يديه على "النقطة 1" على الخطِّ النَّاصف (المتوسط) للمفحوص، على بُعد بوصة ونصف (نحو 3.8 سم) تقريباً تحت السرة عند الوعاء المُفترض "6"؛ بينما تُوضعُ اليدُ الأخرى على الوعاء المُفترض 17 (النقطة 2)

في وَسَطِ الصَّدْرِ على الخطِّ النَّاصِفِ بمسْتَوَى حِطِّ الحَلَمَةِ. وَيَقُومُ الْفَاحِصُ بِتَمْسِيدِ هَاتَيْنِ النُّقْطَتَيْنِ بِاتِّجَاهِ عِقَارِبِ السَّاعَةِ بِلُطْفٍ وَبشَكْلِ مُتَزَامِنٍ بِأَنَامِلِهِ لِمُدَّةِ 20-30 ثَانِيَةٍ، ثُمَّ يُكَرِّرُ الْحِطُّوتَيْنِ الثَّانِيَةَ وَالثَّلَاثَةَ؛ فَإِذَا كَانَتِ الْعِضْلَةُ الْمَعْنِيَّةُ قَوِيَّةً بِالِاخْتِبَارِ، تَابِعْ نَحْوَ الْخُطْوَةِ الرَّابِعَةِ؛ أَمَّا إِذَا كَانَتِ الْعِضْلَةُ الْمَعْنِيَّةُ ضَعِيفَةً بِالِاخْتِبَارِ مِنْ جَدِيدٍ، فَكَّرِّرْ هَذَا الْإِجْرَاءَ عِدَّةَ مَرَّاتٍ. وَمَنْ النَّادِرُ جَدًّا أَنْ يَبْقَى أَيُّ شَخْصٍ ضَعِيفًا بَعْدَ تَكَرُّرِ هَذَا الْإِجْرَاءِ 2-3 مَرَّاتٍ.



الشَّكْل 7-2. اخْتِبَارَاتُ الاسْتِجَابَةِ الْعِضْلِيَّةِ بِمُسْتَلَجٍ فِي وَضْعِيَّةِ الاسْتِقْلَاءِ.



الشَّكْل 7-3. اخْتِبَارَاتُ الاسْتِجَابَةِ الْعِضْلِيَّةِ عِنْدَ طِفْلِ مُصَابٍ بِفَرْطِ النَّشَاطِ.



الشكل 4-7. اختبارات الاستجابة العضلية للمستأرج بوضعية الجلوس.



الشكل 5-7. توازن المريض.

النقطة الأولى:

اسم النقطة: بحر الطاقة Sea of energy

التوضيح: تحت مستوى الحلمة ببوصة ونصف (نحو 3.5 سم) على الخط المتوسط، حيث تُخزّن طاقة الجسم بغزارة. وعندما يستشعر الجسم أي خطر حول حقل طاقته، أو عندما يتعرض الجسم لعوائق الطاقة، يتوقف الإمداد بالطاقة ويبقى

هناك؛ فإذا أُجْرِيتَ تدليكَاً باتجاه عقارب السَّاعة عند نقطة تَخْزِين الطاقة هذه، تَجْري الطَّاقةُ خارجاً من نقطة التَّخْزِين نحو قنوات الطاقة، وتُؤدِّي إلى جَعْل المنطقة الضعيفة قوِّية من جديد.

النقطة الثَّانية:

اسم النقطة: الطاقة السَّائدة Dominating energy

التَّوضُّع: في وسط الصَّدْر على الخطِّ المتوسِّط للجسم عند مستوى الحِزِّ الوَرَبِيِّ Intercostal space الرَّابِع؛ وهي وحدةُ تَوْزيع الطَّاقة. وتَنَحَكُّمُ هذه النِّقطةُ بجريان الطَّاقة "أو تشي Chi" وتنظِّمه في الجسم. وعندما تصدرُ الطَّاقةُ من بحر الطَّاقة، تجري بشكلٍ مستقيم إلى نقطة الطَّاقة السَّائدة، ومنها تَتوزَّعُ إلى مختلف خطوط الطُّول والأعضاء والنُّسُج والخلايا حسب الحاجة، للمساعدة على إزالة عوائق الطَّاقة. ويتحقَّق ذلك بدفْع جريان الطَّاقة من الداخل إلى الخارج. وفي أثناء جريان الطَّاقة الإِجباري هذا، تُزالُ العوائق من الجسم، وتَعوَدُ حالة التَّوازن إليه وتشعر بذلك من خلال قوة العضلة المعنية.

اختبارُ الحلقة Oval ring

يُمكن استعمالُ هذا الاختبار في الفَحْصِ الذاتي، وهو يَتطلَّبُ شَخْصاً واحداً لإجرائه. كما يُمكن أن يُستَعْمَلَ لاختبار شَخْصٍ ما إذا كانَ الشَّخْصُ قوِّياً جداً من النَّاحِيَةِ الجسدية ولديه ذراع قوِّية، وكانَ الفاحِصُ شَخْصاً ضعيفاً من النَّاحِيَةِ الجسدية.

الخطوة الأولى: يَصْنَعُ الفاحِصُ شَكْلاً دائرياً "O". بمقابلة الإصبع الصَّغيرة (الخنصر) والإهَام في اليَدِ نَفْسِها، ثُمَّ يَحاولُ بِسَبَّابة اليَدِ الأُخْرَى فَصْلَ الحلقة O بالضَّغْط؛ فإذا انفصلت الحلقة بسهولة، تَكُونُ بِحاجة إلى استعمال طرائق التَّوَازُن Balancing techniques مثلاً هو مَوْصُوفٌ في الخطوة الخامسة لاختبارِ الاسْتِجَابَةِ العَضَلِيَّة.



الشكل 7-6. اختبار الحلقة البيضوية الذاتية.

الخطوة الثانية: إذا بقيت الحلقة O غير منفصلة وقوية، يوضع المستأرج في اليد الأخرى بالأنامل، وتُجرى الخطوة الأولى مرة ثانية؛ فإذا انفصلت الحلقة O بسهولة، يكون الشخص مُتَحَسِّساً للمادة التي يلمسها؛ أما إذا بقيت الحلقة O قوية، فلا تكون هذه المادة من المستأرجات.

يُعدُّ اختبار الإصبع على الإصبع Finger-on-finger test (الشكل 7-7) طريقة أخرى لاختبار نفسك بنفسك، وهو يحتاج إلى ممارسة كثيرة لاكتساب الجودة في الاختبار. وتُسْتَعْمَلُ في هذا الاختبار قوة العضلات بين السُّلَامِيَّاتِ Interphalangeal muscles لإصبعين في يد واحدة، حيث تُقَارَنُ القُوَّةُ مع الإمساك بالمستأرج ومن دونه. وفيه، تُدْفَعُ الإصبع الوسطى إلى الأسفل باستعمال سبابة اليد نفسها أو العكس بالعكس، بوجود المستأرج في اليد الأخرى ومن دونه.

تُعدُّ اختبارات الاستجابة العضلية أكثر طرق الاختبارات التحسسية موثوقية، ومن السهل نوعاً ما تعلُّمها وممارستها في الحياة اليومية.



الشكل 7-7. اختبار الإصبع على الإصبع.

وبَعْدَ قَدْرٍ هَامٍ مِنَ الممارسة، يَصْبَحُ بَعْضُ النَّاسِ قَادِرِينَ عَلَى اخْتِبارِ أَنْفُسِهِمْ بِكِفَاءَةِ كَبِيرَةٍ بِاسْتِعْمَالِ هَذِهِ الطُّرُقِ. وَحَتَّى نَكُونَ قَادِرِينَ عَلَى حُرِّيَةِ الْعَيْشِ فِي هَذَا الْعَالَمِ الْمُلَوَّثِ كيميائياً، مِنَ الْمَهْمِّ جِداً أَنْ يَتَعَلَّمَ الْأَشْخَاصُ الْمُتَحَسِّسُونَ شَكْلاً مَا مِنْ طُرُقِ الْاِخْتِباراتِ الذَّاتِيَّةِ Self-testing الَّتِي تُمْكِنُهُمْ مِنْ اسْتِقْصَاءِ الْمُسْتَأْرَجاتِ الْمُحْتَمَلَةِ، وَالِابْتِعَادِ عَنْهَا قَبْلَ أَنْ يُصْبِحُوا بَتَمَاسٍ مَعَهَا؛ وَهَذَا مَا يُسَاعِدُهُمْ عَلَى اتِّقَاءِ التَّفاعِلاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ (الأَرَجِيَّةِ). وَبَعْدَ تَلَقِّيِ المِعالِجاتِ الْأَسَاسِيَّةِ الْبالِغَةِ 30-40 مِعالِجَةً مِنْ مُمارِسِ لَطرائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِياد، سَوْفَ تَكُونُ حُرّاً فِي الْعَيْشِ أَيْنَمَا نَحَبُ إِذَا تَعَلَّمْتَ كَيْفَ تَحْتَمِرُ وَتَتَجَنَّبُ الْمُسْتَأْرَجاتِ غَيْرَ الْمُتَوَقَّعةِ فِيمَا حَوْلَكَ؛ فَهناك مِئاتُ الْمُسْتَأْرَجاتِ الْجَدِيدَةِ الَّتِي تُلَقَّى فِي الْعَالَمِ يَوْمِيّاً مِنْ قَبْلِ أَنْاسٍ غَيْرِ مُتَحَسِّسِينَ لَا يَفْهَمُونَ مَازِقَ الْأَشْخَاصِ الْمُتَحَسِّسِينَ؛ فَإِذَا كُنْتَ تَرُغِبُ فِي الْعَيْشِ فِي هَذَا الْعَالَمِ وَأَنْتَ تَبْدُو سَوِيّاً وَتَشْعُرُ بِالصَّحَّةِ بَيْنَ الْأَسْوَياءِ، جَنِّباً إِلَى جَنْبِ مِعالِجاتِ التَّحْسُّسِ، عِنْدَئِذٍ تَحْتَاجُ إِلَى أَنْ تَتَعَلَّمَ كَيْفَ تَحْتَمِرُ نَفْسَكَ بِنَفْسِكَ. وَلَكِنْ لَيْسَ مِنَ الْعَمَلِيِّ أَنْ يُعالِجَ كُلُّ شَخْصٍ مُتَحَسِّسٍ ضِدَّ آلاَفِ الْمُسْتَأْرَجاتِ فِي مِجْيَاطِهِ، أَوْ الذَّهَابِ إِلَى مِمارِسِ لَطرائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِياد كُلِّ يَوْمٍ بَقِيَّةَ حَيَاتِهِ. وَلَنْ تَصْبِحَ خالِياً مِنَ الْمُسْتَأْرَجاتِ إِلَى أَنْ تَتَعَلَّمَ أَنْ تَقُومَ بِالِاِخْتِباراتِ بِدَقَّةٍ. وَلَا بَدْءاً مِنْ إِنْفاقِ الْكَثِيرِ مِنَ السَّاعَاتِ (وَرِعا الشُّهُورِ فِي بَعْضِ الْحالاتِ) فِي المِمارَسَةِ، وَلَكِنْ لَا تَشْعُرُ بِالْخِيبَةِ! فانا أقدِّمُ لَكَ ما يَكْفِي مِنَ الْمَعْلُومَاتِ عَنْ طُرُقِ الْاِخْتِباراتِ هُنا، وَعَلَيْكَ أَنْ تَنْفِقَ بَعْضَ الْوَقْتِ وَالْمِمارَسَةِ إِلَى أَنْ تَصِلَ إِلَى الْكِمالِ.

نصيحة للتمكن من الاختبارات الذاتية

ابحث عن عنصرين أو عشرة عناصر، أو مجموعة قوية من العناصر (غير المُحَسَّسة)، ليقوم شخص آخر باختبارها والتَّعرُّف إليها، ثم مجموعة ثانية تتحسَّس ها؛ فعلى سبيل المثال، تتكوَّن مجموعة ما مُحَسَّسة من العناصر من: تفاحة، كتاب، بولستر، حقيبة بلاستيكية، مفتاح سيارة؛ وتتكوَّن مجموعة ثانية من العناصر المُحَسَّسة من: موزة، ليمونة، برتقالة، لوحة مفاتيح حاسوبية، حبة بطاطا. وأنت الآن تتحسَّس لمجموعة التفاح، ولا تتحسَّس لمجموعة الموز. أمسك قطعة من مجموعة التفاح لفترة من الوقت في يدك الحرة، واختبر باليد الثانية مُستَعْمِلاً اختبار الحلقة البيضاء أو اختبار الإصبع على الإصبع. عندها ستحلُّ الحلقة بسهولة أو تضعف العضلة بسهولة عندما تمسك العناصر من المجموعة الأرجية، وتبقى عضلات اليد قوية عندما تُختبر للعناصر من المجموعة غير الأرجية. وعندما تُختبر العناصر الأرجية، إذا لم تكن العضلة تُصاب بالضعف، حاول أن يحصل ذلك بشكل مقصود عدَّة مرَّات. والآن، أمسك العناصر من المجموعة غير الأرجية، وقم بالاختبار نفسه. عندها لا تنحلُّ الحلقة. مارس هذا الإجراء للحظة، وحكَّ يديك معاً لمدة 30 ثانية في الفترة بين تغيُّر عيَّات الاختبار لاعتراض الطاقة عند الأنامل من العينة السابقة. مارس ذلك يوماً إلى أن يصبح عقلك اللاشعوري قادراً على التَّعرُّف إلى قوَّة المُستأرج بمجرد لمسه بأناملك. وعندما تمتلك هذا الإجراء، تستطيع اختبار أي شيء من حولك.



الشكل 7-8. الاختبارات عبر بندل.



الشكل 7-9. الاختبارات عند رضيع من خلال بديل.



الشكل 7-10. الاختبارات عند طفل دارج Toddler.



الشكل 7-11. الاختبارات عند حيوان.



الشكل 7-12. الاختبارات عند كلبك من خلال بديل.

الاختبارات البديلة

قد تكون هذه الطريقة مفيدة جداً لاختبار الأرجيات وتحديدتها عند الرضع والأطفال والأشخاص العاجزين وفاقدي الوعي والأقوياء جداً أو الضعفاء جداً، لأنهم لا يمتلكون القوة العضلية الكافية لإجراء الاختبارات التحسسية. كما تستطيع استعمال هذه الطريقة لاختبار حيوان أو نبات أو شجرة.

تُختَبَرُ عضلة البديل من قَبْلِ الفاحِص؛ ولكن من المهم جداً تذكّر ضرورة المحافظة على التماس الجلدي - الجلدي بين البديل والشخص خلال الإجراء؛ فإذا لم تُحافظ على التماس الجلدي - الجلدي، عندها سيتلقّى البديل نتائج الاختبارات والمعالجة دونما حاجة.

كما يمكن تطبيق مُعالجات طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد من خلال البديل بشكل فعال جداً من دون التّسبّب في آيّة تَدْخُلُ في طاقة البديل؛ ولا تؤثّر الاختبارات أو المعالجة في البديل ما دام الشخص يحافظ على التماس الجلدي - الجلدي مع البديل.



الشكل 7-13. اختبارات التحسس من شخص إلى آخر.

تُمارسُ اختباراتُ الاستجابة العضلية في هذا القرن منذ عام 1964؛ وقد وضعها الدكتور جورج غودهارت Dr. George Goodheart ومساعدوه. وقد تبنى الدكتور جون ف. ثاي Dr. John F. Thie هذه الطريقة من خلال مبدأ "لمسة من أجل الصحة Touch For Health" في مالibu بكاليفورنيا. ويمكن للقراء المهتمين أن يحصلوا على المزيد من المعلومات بقراءة ما كُتبَ عن ذلك.

وتستطيعُ أنت أن تختبرَ التحسس تجاه أي شيء من حولك باستعمال هذه الطريقة؛ كما تستطيعُ اختبارَ تحسسك تجاه حيواناتك الأليفة وأطفالك وزوجك وأصدقائك وأفراد العائلة الآخرين باستعمال هذه الطريقة أيضاً. وعندما تختبر شخصاً آخر، يستلقي هذا الشخصُ ويمسُّ الشخصَ الآخر (المستأرج المشتبه به) الذي يرغب باختباره. ويقومُ الفاحصُ بدفع ذراع الشخص كما في الخطوتين 2 و3؛ فإذا كان هذا الشخصُ متحسساً للشخص الثاني، تُصاب العضلة المعنية بالضعف؛ أما إذا لم يكن متحسساً، فتبقى العضلة المعنية قوية.

إذا كان الأشخاصُ متحسسين تجاه بعضهم البعض (الزوج والزوجة، الأم والطفل، الأب والابن، المريض والطبيب... إلخ)، يمكن للأرجية أن تؤثر في شخص ما بطرق مختلفة. ويمكن للزوج والزوجة أن يتشاجرا كل الوقت أو إذا لم يكن من مزاجهما التشاجر، فإن صحتهما يمكن أن تتأثر. ويمكن للأشياء نفسها أن تحدث بين أعضاء عائلات أخرى أيضاً. ومن المهم اختبار أعضاء العائلة والزملاء المباشرين

من أجل التحسس من شخص إلى آخر، وإذا وُجد، فينبغي معالجتهم مع بعضهم بعضاً للحصول على الصحة والوفرة والسعادة. سيزود الفصل 18 بمعلومات أكثر عن التحسس من شخص إلى آخر.

كيف تَسْتَطِيعُ "اِخْتِبَارَاتُ الاستِجَابَةِ العَضَلِيَّةِ" أَنْ تَسَاعِدَكَ؟

هناك آلاف النَّاس في العالم الذين يُعانون من مشاكل صحيّة غامضة مختلفة؛ وهم ينتقلون من طَبِيب إلى آخر ويتناولون الدَّواءَ بعد الدَّواء، ويخضعون لجراحة تلو جراحة بسبب مشاكلهم الصحيّة غير المُشَخَّصَة. وبعد أن يُنْهَكُوا مَالِيّاً ويقلُّ اهتمامهم وحماستهم نحو الحياة، يمكن أن يكون التَّشخيصُ الذي يحصلون عليه تحت مُسمّى "مرض عضال Incurable". وقد يُعاني معظمهم من حالات تحسُّسية غير مُشَخَّصَة؛ وإذا ما تعلَّم العاملون في الطبِّ وعامَّة النَّاس أهمية الحالات الأَرَجِيَّة أو التَّحسُّسية والوسائل البسيطة لتحديد موضعها، فقد لا تُشاهد أو تعاني من الكثير من المخاطر الصحيّة غير القابلة للشفاء.

يتقيّاً الكثير من الرُّضْع الحليب أو يقذفونه بعد تناوله. كما يعاني بعضهم من مغص شديد ونوب من البكاء واضطرابات في التَّوَم وإمساك... إلخ. وعندما يحصل ذلك، يَقُومُ أطِبَّاءُ الأطفال عادةً بتغيُّر نوع الحليب إلى أن يصبح الرُّضِيعُ أفضل، ويتحسَّن مع المُستخَضَر المناسب. وفي الحالات الشَّديدة، عندما يستمرُّ الرضِيعُ بِقَذْفِ الطَّعام كُلِّه، تُجرى جراحة لربط النِّهاية الفُوَادِيَّة Cardiac end للمعدة، بحيث يَسْتَطِيعُ الطِّفْلُ الإبقاء على ما يتناوله. وفي مثل هذه الحالات، تَبْدَأُ مأساة الطِّفْل فعلاً؛ حيث تنشأ الحالاتُ التَّحسُّسية، وتبدأ المشاكلُ واحدةً بعد أخرى. وفي نهاية المطاف، يُنْفِقُ الطِّفْلُ حياته كُلَّها مع الجراحات المُصَحِّحة المتكرِّرة.

تَحْصِصُ الطِّفْلِ لِمُسْتَحْضَرَاتِ الرُّضْع!

بعد شهرين، توفقت ملين Madeline عن القيء القلبي Projective vomitry المُستَحْضَر
بعد معالجة المُستَحْضَر بِزَلَّة التَّحْصِص بِحسب تيمور بيلد. وبعد المعالجة النفسية، بدأت
أنفؤها بالإفراغ بانتظام وللمرَّة الأولى في حياتها. وقد شعر ولداها بسعادة غامرة.

هذا ما كانت عليه قصّة نانسي Nancy البالغة من العمر 28 سنة، فقد قدّمت إلى عيادتنا شاكية من صداع شقيقة شديد؛ وكانت تُعاني من الصداع مرّة في الأسبوع تقريباً، حيث تُلزَم سريرها مُعتمدةً على الأدوية. كما كانت تُعطى عادةً مُسكّنات الألم. وبِتَفْحُص تاريخها المرضي، علمنا أنّها كانت تقيء كلّ وجبة طعاميّة عندما كانت رَضِيعَةً وطفلة. وخضعت للجراحة 32 مرة خلال سِنَيِّ عمرها الثماني والعشرين، واشتمل ذلك على جراحة لِفَتَق Hernia surgery عندما كانت رَضِيعَةً، وعلى سبع جراحات للقرحات المعديّة، وست لركبتيها، واثنين لأنفها ومثلها لحيوها؛ كما تعرّضت لأربع جراحات في كتفيها، وواحدة لاستئصال كيسة من مبيضها، واثنين في كاحلها، واثنين لمثانتها، وواحدة لأذنها، وأخرى في حلقها، لاستئصال لوزتيها. كما كانت تُشعُرُ بكتلة كبيرة على أحد جانبي رأسها عندما تُصابُ بالشقيقة؛ وكان التورُّم الدماغي هو سبب هذه الكتلة الكاذبة. وأخيراً، نُصِّحتُ بإجراء جراحة دماغية لمنع الشقيقة الشديدة المسببة للعجز (اللوهن) عندما أحالها أحدُ الأصدقاء إلينا.

أظهرت اختبارات الاستجابة العضليّة أنّها كانت مُتَحَسِّسَةً كثيراً لكلّ مادّة من حولها تقريباً، بما في ذلك الطّعام والشراب والثياب والسجّاد وبطانة الفراش والحيوانات الأليفة لديها. وقد عُولجت بحسب طريقة نامبودرياد لمدة سنة تقريباً، ومعدّل خمس معالجات أسبوعياً. واشتملت المعالجات على تدبير جميع الأساسيات وكلّ مادّة تعرّضتُ للتماس معها في حياتها اليوميّة. وقد ركّزنا في المعالجات القليلة الأولى على العناصر الطّعاميّة المعتادة عليها، ثمّ عُولجت بالنّسبة إلى ثيابها ومواد تَحْمِيلها... إلخ. وبعدّ نهاية ثلاثة شهور من المعالجة، أصبحت الشقيقة لديها أقلّ تواتراً وشدّة. وبعدّ مضيّ سنة، أصبحت تُعيش حياةً طبيعيّة تقريباً، وليست حياةً تفرّضها عليها أمراضها. وإذا ما كانَ والداها قد تعلّما اختبارات الاستجابة العضليّة باختبار الحالات التّحسّسية، فقد كانَ بإمكانهما أن يَجنّباها 32 عمليّة جراحية في سِنَيِّ حياتها الثماني والعشرين.

وعندما كانت تُخطو نحوَ نهاية المعالجة، التقت صُدُقةً برجل شاب، وشعرت بالحبّ للمرّة الأولى في حياتها. وبعدّ مرور سنة، كانت قد تزوّجت؛ وكان ذلك أحدَ النّهايات السعيدة لحالة تعيسة نوعاً ما.

يَنْبَغِي تَعْلُمُ الاختبارات العضليّة للحالات التّحسّسية في كلّ مدرسة ومؤسّسة؛ كما يجب أن يتعلّم كلّ شخص الاختبار ليكتشف ويتجنّب تعرّضه للحالات التّحسّسية، حتّى إن لم تكن المعالجة متوفّرة في منطقتك؛ فإذا ما عرفت الحالات التّحسّسية لديك، يمكنك بسهولة أن تتجنّبها، فتساعد نفسك بنفسك كثيراً.

دعونا ننظر إلى التّاريخ المرضي للطفل راي Ray البالغ من العمر ست سنوات، والذي عانى من حالات أرجية أو تحسّسية شديدة منذ الولادة؛ ففي اليوم الثاني من حياته، أصيبَ بطفح أحمر على كامل جسمه. وبدأ بتقيؤ كل وجبة، ماءً كانت أم حليباً؛ وعانى من إمساك شديد وأرق وتهيج وآلام ماعصة وإكزيمة شديدة. وعندما أصبح في الشهر السادس من عمره، اقترح طبيب الأطفال إجراء جراحة صارة Purse-string surgery (لربط القطعة السفليّة من المريء للوقاية من القيء المستمر)؛ ولكنه كان محظوظاً أكثر من نانسي، حيث كانت أمّه تعلم اختبارات الاستجابة العضليّة، واختبرت كلّ شيء قبل أن تلده. وقد أطعمته موادّ غذائية غير مُحسّسة كلّ يوم لمدة أربع سنوات (صلصة الرز والحليب الجاف غير الدّهني Nonfat Carnation dry milk والماء). وقد بدا أفضل نسبياً بهذا النّظام الغذائي الخاص؛ كما أصبحت الإكزيمة لديه تحت السيطرة، وغدا نومه أفضل، وزال الإمساك لديه، وقلّ الألم الماعص، وبدا سعيداً وودوداً. وعندما كان في الرّابعة من عمره، بدأ المعالجة من خلال طرائق إزالة التّحسّس بحسب نامبودرياد. وفي غضون سنة تقريباً، وبعد أن عُولجَ من الأرجيّات (الحالات التحسّسية) المختلفة، أصبح قادراً على تناول الطّعام الطّبيعي وجاهزاً للذهاب إلى المدرسة؛ وهو الآن مُرافق بحالة صحيّة جيّدة.

إنّ تعلّم اختبارات الاستجابة العضليّة، وإجراء هذه الاختبارات، مكّننا أمّ راي من وقايتها من حالات تحسّسية غير مرغوبة؛ بينما لم يكن لدى أمّ نانسي الفرصة لتعلّم طرق اختبارات الاستجابة العضليّة البسيطة، ولم تتمكّن نانسي من الذهاب إلى المدرسة بانتظام، كما لم تذهب إلى الكليّة، ولم تحصل على أيّ تدريب في أيّة مهنة بسبب حالتها الصحيّة المتردّية، وعاشت مع العجز طوال حياتها. ونحن نعرف

كلاً من نانسي وراي، كما نعلم حياتهما قبل طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد وبعدها، وحياتهما اليوم بعد عدة سنين من إنهاء المعالجات بحسب هذه الطرائق. ونرغب بوقاية الناس الذين قد يكونون مثل نانسي بسبب ما يعانونه من حالات تحسسية؛ فإذا ما عَلَّمنا مهارات الاختبارات لوسائل الإعلام، يمكن أن ينشأ الأملُ عِنْدَ النَّاسِ في امتلاك حياة شبيهة بحياة راي.

ينبغي تثقيف العاملين في الطب، فضلاً عن العامة، حتَّى يُصْغَوْا ويبحثوا عن الأنماط المختلفة للحالات التحسسية عندما لا يستطيعون إيجاد سبب المشكلة؛ فإذا لم تتعلَّم شيئاً عن اختبارات الاستجابة العضلية، فلن تتعلَّم ما تبحث عنه. هذا، وتُشَتَّقُ نظريةُ عوائق الطاقة والأمراض كما رأيت من الطبِّ الشرقي، كما يُعلَّم الطبُّ الشرقي كيف يستطيع الجسمُ أن يشفي نفسه بنفسه إذا أُعْطِيَ الفرصة، مع القليل من الدَّعم.

الفصل الثامن

أسباب المرض

مثلما ذكرنا آنفاً، يَنجُمُ اضطرابُ التَّوازُنِ عن إعاقَةِ جريانِ الطَّاقةِ على طُولِ مسالكها. وقد تُكوُنُ إعاقَةُ الطَّاقةِ ناجمةً عن عواملٍ داخليةٍ (داخلية المنشأ) أو خارجيةٍ (خارجية المنشأ).

تنشأُ العواملُ الدَّاخليةُ ضمنَ الجسمِ نفسه، ويمكنُ أن تُكوُنَ بسببِ خلَلٍ وظيفيةِ الأعضاء الحيويَّةِ (القلب والكبد والرئة والكلية والسَّيْلُ الهضمي والسَّيْلُ البولي التناسلي والجلد والدماغ... إلخ)، فتؤدِّي إلى الرُّبو والتَّفاخ الرئوي Emphysema والأورام... إلخ. وقد تُكوُنُ ناجمةً عن اضطراباتٍ انفعاليةٍ مثل فرط السُّرور والحزن والأنباء السيئة، أو عن أعوازٍ تَغذويَّةٍ مثل تناولِ الأطعمةِ المُحَسَّنة أو الأطعمةِ الفقيرةِ بالعناصرِ المغذِّيةِ أو التَّخَمُّةِ أو تناولِ الأطعمةِ غيرِ التَّظيفيةِ أو غيرِ المطبوخة... إلخ.

تَشتمَلُ العواملُ الخارجِيةُ المُسبِّبةُ لِعَوَاقِقِ الطَّاقةِ على تناولِ الأطعمةِ والأشربةِ الملوَّنةِ، والموادِ البيئيةِ مثل غبارِ الطَّلَعِ أو الجراثيمِ أو الفيروساتِ المَحْمُولَةِ بالهواءِ أو آيَّةِ عواملٍ أخرى مُسبِّبةٍ للمرضِ، والأَقَمَشَةِ والثَّيابِ (الصُّوف، القطن، الموادِ التَّركيبيةِ)، ولَسَعَاتِ الحشراتِ وموادِ التَّحْمِيلِ... إلخ؛ فإذا لم يُنْتَبَهَ إلى ذلكِ فَوْرًا، يمكنُ ألاَّ يَتَحَوَّلَ التأثيرُ المديدُ للعواملِ الخارجِيةِ إلى مشاكلٍ داخليةٍ فحسب، بل قد تُسبِّبُ المرضَ والدَّاءَ.

قد تدخلُ الأمراضُ الناجمةُ عن المُستأرجاتِ المختلفةِ إلى الجسمِ بأشكالٍ مختلفةٍ من الطُّرُق؛ إذ يمكنُ أن تدخلَ عبرَ الفمِ بالابتلاعِ، أو عبرَ الأنفِ بالاستنشاقِ، أو عبرَ الجلدِ بالحقنِ، أو بالتَّناضُحِ Osmosis من خلالِ التَّطْبِيقِ الموضعيِّ. واستناداً إلى نظريَّةِ طرائقِ إزالةِ التَّحسُّسِ بحسبِ نامبودرياد، يمكنُ أن تدخلَ المُستأرجاتُ الجسمَ أيضاً كطاقةٍ كهربائيةٍ بالتَّوصيلِ عبرَ الانتقالِ من خلالِ النَّهاياتِ العصبيَّةِ

تحت الجلد؛ فجميع المواد، مثل الأقمشة والجواهر والمعادن... إلخ، تمتلك شحنة كهربائية حولها. ولذلك، تكون جميع هذه المواد تقريباً قادرة على التأثير في جسم الإنسان بطريقة سلبية أو إيجابية.

واستناداً إلى نظرية طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET، عندما تقترب شحنة كهربائية غير متوافقة (متنافرة) لمستأرج ما (سواء أكان طعاماً أم شراباً أم مواد أم أقمشة أم حيوانات أم شخصاً آخر) من الجسم، يحصل تنافر بين حقلَيْهما الكهربائيتين؛ وتؤدي القوة الكبيرة للتنافر بين الشحنتين إلى توليد عوائق في خطوط الطول. ويُعد الانسداد المفاجئ في خطوط الطول أحد أسرع آليات الدفاع في الدماغ في محاولة منه لإيقاف المستأرج ومنعه من الدخول عميقاً في الجسم.

يؤدي التنافر Repulsion بين الشحنتين إلى عوائق في خطوط الطول؛ وكلما زاد الفرق في الشحنتين، زاد التنافر، ومن ثم الانسداد أو الإعاقة؛ وهذا ما يؤثر بشكل متناسب في اضطرابات التوازن والانتظام في الجسم. وعندما يحصل تشوش Disorganization شديد في الجسم، تتركز الطاقة، مما يؤدي إلى فرط جريانها وانعكاس جريانها ونقص جريانها في بعض مناطق خطوط الطول. وعند هذه المرحلة، لا تعود وظائف الجسم تسير بشكل صحيح.

عندما لا تسير وظائف الجسم بشكل حر، يبدأ الجسم بالاستسلام للمشاكل الصحية: أوجاع جسمية، آلام مفصلية، التهاب في الحلق، شعور بالحرارة، شعور بالبرودة، حمى، نوافض، ألم في العقد اللمفية، ألم عضلي، ضعف في الأطراف، تعب، صداع، اضطرابات في النوم، تهيج، نسيان، تخطيط، اكتئاب، صعوبة في التفكير، ضعف في التركيز، أشكال من الرهاب Phobia، ثوب من البكاء، أفكار انتحارية، شعور بالوحدة حتى في الأماكن المكتظة بالناس، قرحات في الفم، عسر في الهضم، تطبل (نفخة)، تبول متكرر، احتباس في الماء، شعور بالحرق في الجلد والأطراف (اليدين والقدمين والراحتين والأخصين)... إلخ. وتعتمد شدة الأعراض على موضع الانسداد وحالة الجهاز المناعي عند المريض.

عندما تُخَفَّقُ في انتزاع العائق فوراً، تظهر طاقةٌ ضارّةٌ في نهاية المطاف فوقَ الجسم، وتؤدي إلى مشاكل بمستويات أعمق؛ فمثلاً: قد تتحوّل الأوجاع والآلام إلى التهاب مفصلي مُزمن، مُسبِّبةً تغيّرات تنكسية في المفاصل؛ ويمكن أن يتحوّل التهاب الحلق إلى عدوى، أو يحصل تضخّم أو عدوى في اللوزتين ويحتاج الأمر إلى الجراحة؛ كما قد تتحوّل العقد اللمفية المؤلمة إلى خراجات مملوءة بالقُح؛ وقد تتحوّل خراجات الثدي إلى أورام وسرطانات، والضعف العضلي إلى اضطرابات الضمور العضلي، والصّداع إلى شقيقة شديدة، واضطرابات النوم الخفيفة إلى أرق شديد؛ كما يمكن أن تتحوّل الشكاوى العصبية النفسية، مثل الغضب والتّهيج والتخلّيط (الاختلاط أو الإرباك) والاكئاب... إلخ إلى حالة نفسية قد تقود إلى دخول مستشفى الأمراض العقلية.

ربّما يتألّف الكثير من الممارسين والمرضى مع المراحل الأولى من هذه المشاكل المرتبطة بإعاقة جريان الطاقة؛ ولكن بما أنّ الكثير من الناس يُصنّفون هذه الأعراض تحت اسم "متلازمة التعب المزمن Chronic fatigue syndrome"، لذلك لم يُعثر الطب الغربي على معالجة ناجحة لهذا المرض المُضعف حتّى الآن.

لقد عالجتنا ستان Stan، وهو مُبرمج حاسوب عمره 28 سنة بدأ يشعر بتعب شديد جدّاً بعد سنة من شروعه في العمل مع شركة حواسيب معروفة؛ وقد كانت لديه زوجة وطفلان. وعندما بدأ يعاني من إهناك مُسبّب للعجز، أخذ يُفّر من عمله. كما بدأ نتاجه يتراجع، وشخصت إصابته بـ "متلازمة التعب المزمن". لقد كانت طاقة ستان تتسرّب إلى مرحلة لم يعدّ عندها قادراً على المشي من دون مساعدة. وأخيراً، كان قد استسلم للعجز. ولكن، تحسّنت صحّة ستان عندما ابتعد عن عمله لفترة من الزمن؛ ولكن حينما عادَ إليه، أخذت مشاكله بالظهور من جديد، رغم أنّه كان يخضع لمعالجة جسدية منتظمة ومعالجات داعمة.

وبعد أربع سنوات من المرض، أُحيلَ إلى عيادتنا واكتُشف بأنّ لديه تحسّساً شديداً للمنتجات البلاستيكية ولوحة المفاتيح الخاصة بحاسوبه. كما كان متّحسّساً للإشعاع الحاسوبي. وبعد أن عُولجَ بطرائق إزالة التّحسّس بحسب نامبودرياد من المواد البلاستيكية ولوحة المفاتيح والإشعاع، عاد قادراً على استئناف عمله الاعتيادي.

كما كان روبرت Robert، وهو مُحَلَّل حاسوبي بعمر 32 سنة، يُعاني من متلازمة التَّعب المزمن؛ فقد كان يُعاني من المرض على مدى سبع سنوات، وأصبح عاجزاً تماماً لمدة سنتين. وكان يشكو أيضاً من صداع متكرر وآلام مفصلية وعسر هضم وألم في البطن وأرق. ولقد كان روبرت يتعامل مع الحواسيب على مدى عشر سنوات، وتزوج منذ ثماني سنوات ولديه طفلان، بعمر سبع وخمس سنوات. وقد تبين أنه يتحسَّن للبيض والحليب والفواكه والسكر والحنطة والجزر والملح والذرة والبقول المجففة والتوابل والبوليستر والأقمشة التركيبية والأبخرات الكيميائية والأشجار والعشب ولكلبه وللأخبار والسترايميك والحواسيب والمواد البلاستيكية ولوحات المفاتيح والإشعاع الحاسوبي والفورمالدهيد ولزوجته وأحد طفليه.

وبتقييم كل مُستأرج على حدة، يمكننا أن نلاحظ مقدار مساهمته في عجزه. **البيض والبقول المجففة (البروتينات):** لم يكن جسمه منذ ولادته يتحمل البروتينات الحيوانية أو النباتية، وهذا ما جعله أقل مقاومة للمستأرجات المختلفة؛ وأدى ذلك بدوره إلى إضعاف جهازه المناعي؛ فحسَّ الإنسان يعتمد على استعمال البروتين وتمثله للقيام بالوظائف اليومية الطبيعية في الجسم، مثل تركيب البروتين ودورة كريس Krebs cycle.

الحليب (الكالسيوم): يُؤمن الحليب والمنتجات اللبنية الأخرى الكثير من العناصر الغذائية الأساسية، لا سيما الكالسيوم؛ فالكالسيوم ضروري للمحافظة على صحة الجسم. ويؤدي التحسُّن للحليب ومنتجاته إلى نقص امتصاص الكالسيوم؛ ولذلك كان روبرت مُصاباً بعوز الكالسيوم Calcium deficiency.

الخضار (الفيتامين C): يُعدُّ الفيتامين C ضرورياً لتصليح البلى والاهتراء (التنكس) في الجسم، وهو يساعد على المحافظة على جهاز مناعي طبيعي وعلى النمو والتنامي. وقد أدى تحسُّن روبرت للفيتامين C إلى اضطراب قدرة جسمه على إصلاح نفسه.

الحبوب (فيتامينات B المركب): كما أدى التحسُّن للحبوب إلى تحسُّن روبرت تجاه فيتامينات B المركب؛ وهذه الفيتامينات ضرورية لقيام الجهاز العصبي

بوظائفه الطبيعية؛ وبغياب هذه الفيتامينات، لم تكن تحصل في جسمه الوظائف الإنزيمية المختلفة.

السُّكَّر (الفواكه والسكريات الأخرى): يُؤمِّن السُّكَّر الطاقة لوظائف الجسم؛ فإذا لم يستطع الجسم امتصاص السُّكَّر أو استعماله، يحصل اضطراب في العديد من وظائف الجسم. وقد ساهم عجز روبرت عن استعمال السُّكَّر في حصول التعب لديه.

الحديد: يحصل الشخص على الحديد من الأطعمة، مثل الزبيب Raisin والجوز واللحوم... إلخ. وعندما تكون مُتَحَسِّساً لهذه المجموعة من الأطعمة، يضطرب امتصاص الحديد؛ ويؤدي عوز الحديد إلى إصابة الشخص بفقر الدم. ونتيجة لعجز روبرت عن امتصاص الحديد، كان يشعر بالتعب دائماً.

الملح: يَدُلُّ التَّحَسُّسُ للملح على تَحَسُّسِ الجسم تجاه نفسه، لأنَّ كلَّ خلية في الجسم تحتوي على الصوديوم. وتعتمد سلامة مضخة الصوديوم والبوتاسيوم Sodium-potassium pump على القُدرة على امتصاص الأملاح واستعمالها؛ وتحافظ هذه المضخة على كهربائية الجسم، وتحافظ هذه الكهربائية بدورها على بقاء الجسم على قيد الحياة. وبذلك أدى تَحَسُّسُ روبرت للملح إلى إعاقة قُدرة جسمه على استعمال الملح بشكل فعال.

التَّوَابِلُ: يُؤدِّي التَّحَسُّسُ للتوابل إلى احتباس الماء وتورم النسيج في أجزاء مختلفة من الجسم، وهذا ما يُسبَّب معاناة النسيج المصاب من الألم أو الانزعاج. وقد يحصل الصُّدَاعُ عندما يصيب احتباس الماء والتورم النسيجي نسيج الدماغ. وأما عندما تُصاب مفاصل أخرى، يمكن أن يحصل ألم وتورم فيها أيضاً. وقد كان الصُّدَاعُ والآلام المفصلية عند روبرت على علاقة مباشرة بتحسُّسه للتوابل.

المواد الكيميائية: عندما تكون مُتَحَسِّساً للمواد الكيميائية، يمكن أن تَحترق الطاقة الضارة جسمك من خلال الجلد، الأمر الذي يقود إلى انسداد مسالك الطاقة. وتسبب الطاقة الضارة الصادرة عن المواد الكيميائية بسرعة، مُؤدِّية إلى التعب والدوخة وتشوش الدماغ والآلام الحادة في الجسم... إلخ في غضون ثوانٍ قليلة من التعرُّض للمستأرجات. وينطبق الشيء نفسه على الأبخرة ومركبات الفورمالدهيد

والإشعاع والأقمشة... إلخ. وتتعبب الصداع والتعب عند روبرت، يتبين أنهما ناجمان عن تحسسه للمواد الكيميائية.

كما أن التحسس تجاه الأشخاص والحيوانات يؤثر مثل التحسس الكيميائي؛ فعندما تكون قريباً من الطاقة الضارة لشخص آخر أو حيوان، يُحاول الجسم حماية نفسه بإيجاد العوائق.

وفي حالة روبرت، كان محاطاً بالطاقات الضارة للأطعمة المختلفة منذ ولادته. وعندما بدأ بالتعامل مع الحواسيب لمدة ساعات، زادت العوائق نتيجة التحسس لمواد الحاسوب، فضلاً عن الإشعاع. وبعد ذلك، أضيفت الطاقة الضارة من زوجته، مما سبب المزيد من العوائق؛ وزاد أحد طفليهما من معاناته. لقد كان جسم روبرت يكافح باستمرار ضد مختلف عوائق الطاقة، سواء في المنزل أو في العمل، وسواء أكان مذكر كآ لهذه العوائق أم لا.

ونتيجة لكفاحه المتواصل للبقاء، خسر جسمه المعركة، وأصبح معتلاً جسدياً، ثم عاجزاً فيما بعد؛ فعندما يعود إلى منزله، تكون زوجته والمستأرجات الأخرى حوله طوال الوقت، ولذلك تفاقمت حالته بمرور الأيام. وبما أنه كان يتعرض لمستأرجات بالدرجة نفسها من القوة، لذلك كان من الصعب أن يشير إلى مستأرج بعينه. لقد كان روبرت يشعر بالمرض على الدوام، وكان السبب المتهم في مرضه هو متلازمة التعب المزمن أو هجمة فيروسية أخرى غير معروفة.

وعندما أزيلت المستأرجات واحداً بعد الآخر من خلال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، قلت العوائق لديه، وبدأ يشعر بالتحسن معظم الوقت. وحينما جرى التخلص من معظم المستأرجات، بدأ جسمه بالتعرف إلى المستأرجات الأخرى بسرعة، متفاعلاً مباشرة مع تلك التي لم يُعالج منها بعد.

وعند هذه المرحلة، يمكن أن يتساءل بعض الناس ما إذا كان سيصبح متحسناً تجاه أشياء جديدة أو يُصاب بمزيد من التحسس تجاه مستأرجات موجودة. ونقول لن يحصل أي من هذين الأمرين؛ فقد تعلم روبرت أن ينظر إلى مرضه المزمن بطريقة مختلفة. وهو يعتقد حتى الآن أنه ليس هناك علاج معروف لمرضه المضعف؛ ويتعامل مع الأمر وكأن المرض قدر عليه. واليوم، تعلم روبرت أن ينظر إلى جميع مشاكله

الصحية على أنها ناجمة عن الحالات التحسسية (الأرجيات)، ولذلك يشعر دائماً بالمرض والبؤس. لقد أصبحت التوب المرضية لديه أقل تواتراً بعد أن تخلص من العديد من المستأرجات؛ وبدأ يشعر بساعات وأيام جيدة بدرجة أكبر. ولكن، عندما عانى من نوبة تحسسية، شعر بأن تأثيرها أكبر؛ ففوة الحالات التحسسية المتبقية لديه استمرت في التأثير فيه. ولكن، عاد من جديد طبيعياً في نهاية المطاف.

تؤثر المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد في الجسم بأكمله: الجسم الفيزيائي (أي الأعضاء والدماغ والجهاز العصبي والتسج)، والجسم الفيزيولوجي (أي دوران الدم والسوائل والطاقة العصبية)، والجسم الانفعالي أو النفسي (أي التفكير والأفكار والرؤحانية). وهي تساعد على تخليص الجسم من التسمم عبر كنس الطاقات الضارة الناجمة عن المستأرجات من الجسم بأكمله. وبذلك، تمكن الجسم من الاسترخاء وامتصاص وتمثل العناصر الغذائية المناسبة من الطعام الذي كان يسبب التحسس، ودعم النمو الصحيح في كامل الجسم.

لقد بدأت ربة منزل عمرها 29 سنة، كانت تعمل خياطة في وقت فراغها، تعاني من تعب مزمن شديد والتهاب شديد في الأجرية وتكلس في المفصل الكتفي الأيمن وألم في مفصل المرفق. وقد كانت مشغولة طوال الوقت، ليس لها طاقة أو حماسة نحو القيام بأي شيء، كما كانت تشعر بالتثيغ الشديد تجاه طفليها. وأخذت تعاني من التعب في أطرافها، مما منعها من القيام بأعمالها المنزلية الطبيعية. وقد قام زوجها باستقدام مدبرة منزل بدوام جزئي. ولكن تلك السيدة أخذت تشعر بالضعف أكثر فأكثر رغم مساعدة مدبرة المنزل، وبدأت تعاني من شقيقة شديدة ومضعفة، وأصبحت معتمدة على المسكنات. وبعد فترة من الزمن، لم تعد تشعر بالتحسن.

وعندما شوهدت في عيادتنا، أخبرتنا بأنها تستمتع بالخياطة بعد الظهر؛ وهذا ما قادنا في الاتجاه الصحيح بالنسبة إلى تحررنا عن مرضها الغامض. وعندما غولجت

من خلال اختبارات الاستجابة العضلية، وُجدَ أنَّ لديها تحسُّساً شديداً تجاه إبرة الخياطة وموادها وإطار التطريز؛ فقد كانَ الإطارُ مصنوعاً من الخشب، والإبرة تحتوي على الحديد. وكانت السيِّدة حسَّاسةً جداً تجاه الحديد والخشب. وبعد أن عُولِجَت تجاه الإبرة والفولاذ المضاد للصدأ والحديد والخشب، بدأت تُشْفَى من مرضها المُضعف. وبعدَ بضعة أشهر، لوحظ أنَّها استعادت قوتها الكاملة وشُفِيَتْ من مرضها غير المألوف.

كانت ممرضةً عمرها 30 سنة تُشكو من مشكلة مماثلة، حيث عانت من التهابُ غمَد الوتر Tenosynovitis الشَّدِيد (ألمٌ في الإبهام والمفاصل السَّعِيَّة⁽¹⁾ Metacarpal joints) في كلتا اليدين. وكانَ الألمُ أشدَّ في اليد اليمنى، وقد ترقَّى وانتشرَ نحو المرفق ومفصل الكتف. وقد خضعت هذه الممرضةُ لمعالجة فيزيائية على مدى تسعة شهور مع الكثير من المسكنات، لكنَّها لم تُحسِّنْ أيَّ تحسُّن. وأحالها طبيبُها المعالج إلى عيادتنا. وعندما رأيناها، كانت بحالةٍ عجزت نتيجة الألم المبرِّح وعدم القُدرة على القيام بواجبات التمرُّض. كما كانت تعاني من أرق شديد بسبب الألم، ومن الربو. لقد عُولِجَت الممرضةُ تجاه المُستأرجات المختلفة بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد، فتَحسَّنَ الربو بشكل ملحوظ لديه وأصبحت تنامُ جيِّداً في اللَّيْل وزادت الطاقةُ لديها. وبعدَ شهرين من المعالجات المتواصلة، لم تتَحسَّنْ مشكلتها الأصليَّة المتمثلة في التهاب غمَد الوتر والتهاب الجراب. وفي أثناء الاستجواب المفصَّل عند إجراء مقابلة لإعادة التَّقييم، اكْتُشِفَ بأنَّها تطبخ كلَّ يوم لزَوْجِها وأطفالها الثلاثة. وخلال تَقطِيع الخضار واللحم، كانت تُستعملُ سِكِّيناً من الحديد الخام (سوداء وخشنة) غالباً، وكانت قد جَلَبَتِها بشكل خاص من الهند لأنَّها أُعْجِبَت بِجَدَّتِها. وقد طُلِبَ منها إحضارُ هذه السِّكِّين لاختبارها، وتبيَّنَ أنَّ لديها تحسُّساً شديداً تجاهها. واستغرق الأمرُ سبعةَ أشواط من المعالجة المتابعة بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد للتخلُّص من التَّحسُّس تجاه تلك السِّكِّين المصنوعة من الحديد الخام. وبعد انتهاء معالجتها بنجاح، زالَ الألمُ في مفاصلها؛ ولا تزالُ خاليةً من الأعراض بعدَ سبع سنوات.

(1) المفاصلُ السَّعِيَّة هي مفاصلُ اليد الواقعة قبلَ مفاصل الأصابع (السَّلامِيَّات) [التَّرْجِم].

لدينا مريض ذكر عمره 16 سنة مصاب بمرض حاد مزيل للميالين ADD (التهاب
السنخاع التالي للعدوى)؛ وكان متأخراً اجتماعياً ولديه مشاكل سلوكية؛ حيث كان أدلوه
سيئاً جداً في دروسه؛ وقد تبين أن لديه تحسناً شديداً تجاه والدته وأحد أخوته، فضلاً
عن لقاح الحصبة والنكاف والحصيراء (الحصبة الألمانية)/ اللقاح الثلاثي (لقاح الخناق
"الدفتيريا" والسعال الديكي والكرزاز) MMR/DPT والفلوئيد المقوم للصدأ. ولقد شُفيت
أعراضه، وتحسّن وضعه وتحصّله عندما أكمل هذه المعالجات.

شُوهِدَت امرأة بعمر 33 سنة في عيادتنا، وهي تشكو من تفاعل أرجي
(تحسّسي) مخصوص؛ فبعد زواجها بقليل قبل 12 سنة، حصل لديها خدرٌ في
يدها اليسرى؛ ثم بدأت تعاني من آلام بارقة Shooting pains شديدة في ذراعها
اليسرى ومفاصلها. وقد راجعت العديد من أطباء العظمية والعصبية دونما جدوى.
وأخيراً، وجدتُ مُعالِجاً يدوياً قدّم لها ما أدّى إلى تحسّن مؤقت للألم والانتزعاج.
ولكن سرعان ما عاد الخدر، وتحوّل إلى ألم مُبرّح في أصابعها اليسرى ومرفقها
وساعدها وكفيها.

وفي نهاية المطاف، بدأ الألم يُصيبُ أعلى ظهرها وذراعها الأيمن، فأصبحت
زائرة مألوفة لعيادة المُعالِج اليدوي، مرتين في اليوم أحياناً؛ وشرعت في استعمال
وشاح لدّغَم ذراعها اليسرى. كما بدأت تُعاني من التهاب شديد في القصبات
ونوبات دورية من الالتهاب الرئوي. لقد كانت في حالة جسدية مُزرية عندما
شُوهِدَت في عيادتنا عام 1985. وقد عولجت في البداية تجاه الأرجيات الطعامية
المختلفة، وهذا ما أزال العدوى التَنَفُّسية العلوية المزمنة والتهاب القصبات، لكن
بقي الألم في ذراعها اليسرى. وذكرت أن الوخز الإبري كان مفيداً لها أحياناً.

وفي أثناء إحدى زياراتها المألوفة للعيادة، قام الطبيبُ بحسّ نقاط مؤلمة في
مرفقها، وتابع الألم لتعيين النقاط اللازمة لوخزها بالإبر. ومما أثار استغرابها
تَعَقُّبُ انتشار الألم حتّى البنصر؛ فطلب منها على الفور نزع خاتم الألماس
الكبير ذي الجَوْهَرَة المفردة لاختبار التَحَسُّس تجاهه. وقد شعرت بالذئب نتيجة
خلع الخاتم، لأنها كانت قد أقسمت ألا تُنزع خاتم زفافها. وقد كانت تُصدّق
الخرافات قليلاً، ولكن أمكن بالإقناع أخذ موافقتها على خلعه لإجراء

الاختبار. لقد كانت المرأة مُتَحَسِّسَةً بشدّة تجاه خاتم الألماس الذي تَعَهَّدَتْ أن تترديه للأبد. والألماسُ هو حجرٌ ذو قوّة كهربيسية قوية من حوله. وبعد اكتشافه، توقّفت عن ارتدائه، فتوقّف الألم في ذراعها اليسرى وأعلى ظهرها خلال يومين. وحاولت أن تعاود ارتداء الخاتم عدّة مرّات، لكن في كل مرّة قامت فيها بهذه المحاولة عادّ الألم Excruciating الشّدِيد في ذراعها اليسرى. وأخيراً، وبَعْدَ 17 يوماً من المعالجات المتتابعّة، أصبحت قادرةً على ارتداء الخاتم بنجاح من دون ألم.

قَدِمَتْ امرأةٌ بعمر 44 سنة إلى العيادة، وهي تعاني من ألم شديد على طول ساقها اليسرى نزولاً حتى كاحلها؛ وكانت قد عانت من ذلك قبل سنة وثلاثة شهور، حيث راجعت طبيبين اختصاصيين في الأعصاب وآخر في جراحة العظام ومعالجاً يدوياً. وقد تلقتْ تمسيداً مرّة واحدة في الأسبوع على الأقل، على أمل أن يؤدّي ذلك إلى زيادة الدّوران لديها والتخلّص من الألم. وخلال هذه الفترة، أخذتْ إلى قسم الطوارئ أربع مرّات، لأنّ الألم أصبح لا يُطاق. ولم تُعدّ المسكّنات تسيطر على ألمها. وأظهرت الصُّورُ الشّعاعيّة والفحوصُ الأخرى علامات تخلخل العظام. وقد أُعْطِيتْ معالجةٌ هُرْمُونِيّةٌ لإنقاص تخلخل العظام المُفْتَرَض. وقد اختُبرتْ في عيادتنا من خلال اختبارات الاستجابة العضليّة، وقيمتْ بشكلٍ شامل بواسطة القصّة المرضية والفحص الجسماني الطّبي واختبارات التحسُّس للأطعمة والمواد الكيميائية والبيئيّة. وكانت تضع خاتماً كبيراً من الألماس على البنصر في اليد اليسرى. وعندما اختُبرتْ للخاتم، وُجِدَ أنّ لديها تحسُّساً شديداً للألماس. كما وُجِدَ من خلال الفحص الحركي أنّ التحسُّس للألماس لديها كان يؤدّي إلى إعاقة الطّاقة في طرفها السُّفلي الأيسر. ورغم أنّها شَفِيَتْ تماماً من شلّل الأطفال الذي كان لديها عندما كانت طفلة، أشارت قصّتها إلى أنّ رجلها اليسرى كانت قد أُصِيبَتْ. كما أخبرتنا بأنّها تضعُ بانتظام خاتم ألماس كبير ذا حجر مُفَرَّد منذ زواجها.

وعند استجوابها أكثر، اكتشفنا أنّها كانت قد تلقتْ هذين الخاتمين من الألماس من زوجها عندما تزوّجا قبل سنة وأربعة أشهر. وبعد الزّواج مباشرةً،

أُصِيبَتْ بِوَعَكَةٍ صَحِيَّةٍ لِمُدَّةٍ ثَلَاثَةِ أَسَابِيعٍ، مَعَ عَدَوِيٍّ مِثَالِيَّةٍ شَدِيدَةٍ وَأَعْرَاضٍ شَبِيهِةٍ بِالْأَنْفُلُونَزَا. وَعِنْدَمَا تَعَافَتْ مِنَ الْعَدَوِيِّ، حَدَثَ لَدَيْهَا التَّشْنُجُ الْعَضَلِيّ وَالْأَلَمُ فِي سَاقَيْهَا. هَذَا، وَيُؤَثِّرُ عَائِقُ الطَّاقَةِ النَّاجِمُ عَنِ الْأَرَجِيَّةِ أَوْ التَّحَسُّسِ فِي أَوْعَفِ مَنْطِقَةٍ مِنَ الْجِسْمِ دَائِمًا. وَقَدْ كَانَتْ سَاقَايَا الْيَسْرَى هِيَ أَوْعَفُ مَنْطِقَةٍ فِي جِسْمِي بِسَبَبِ هِجَمَاتِ شَلَلِ الْأَطْفَالِ Polio attacks السَّابِقَةِ لَدَيْهَا. وَقَدْ اخْتَفَى الْأَلَمُ وَالْإِنْزِعَاجُ فِي سَاقَايَا بَعْدَ أَنْ عُولِجَتْ مِنَ الْأَلَمَاسِ بِطَرَايِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَاد.

يُعَدُّ الْأَلَمَاسُ أَحَدَ أَقْوَى حَقُولِ الطَّاقَةِ، حَيْثُ يَصِلُ إِشْعَاؤُهُ حَتَّى نَحْوَ 60 قَدَمًا (18 مِترًا)؛ فَإِذَا كُنْتَ تَتَحَسَّسُ مِنَ الْأَلَمَاسِ وَاقْتَرَبْتَ ضَمَنَ حَقْلِ طَاقَتِهِ، يُمْكِنُ أَنْ تَعَانِيَ مِنْ تَفَاعُلٍ تَحَسُّسِيٍّ.

دَاءُ الْحَرَكَةِ

أَنَا مُبْتَهِجَةٌ جَدًّا لِإِبْخَارِكِ عَنْ إِحْدَى مَرِيضَاتِي، وَهِيَ مَارِي روث بِيرر ملكجي Mary Ruth Piper McGee؛ وَهِيَ تَتَعَلَّقُ بِالْمَعَالِجَةِ الَّتِي قَدِّمْتُهَا لَهَا بِسَبَبِ عَجْزِهَا عَنِ تَعَمُّلِ أَيِّ نَوْعٍ مِنَ الْحَرَكَةِ، سِوَاةٍ بِسَبَبِ رَكُوبِهَا فِي سَيَّارَةٍ أَوْ نَتِيجَةِ تَشْغِيلِ مَكْنَسَةٍ شَلَطَ كَهْرِبَالِيَّةٍ. وَقَدْ اسْتَصَلَكْتُ هَزْزَةً يَدَوِيَّةً كَمَادَةً مَسْتَلْجَةً لَهَا خِلَالِ تَقْدِيمِ الْمَعَالِجَةِ بِطَرَايِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَاد. وَبَعْدَ انْقِضَاءِ عِشْرِينَ دَقِيقَةً عَلَى الْمَعَالِجَةِ، أَعَانَتْ الْهَزْزَةُ إِلَى مُوَظَّفَةِ الْاسْتِئْجَالِ لَدَيَّ، وَخَلَّتْ فِي نَوْبَةٍ إِخْمَاءٍ. وَبَعْدَ الْقِيَامِ بِالتَّأْدِيبِ الْإِسْعَافِيَّةِ الْمَلُوفَةِ، انْتَعَشَتْ بِشَكْلِ كَامِلٍ وَأَصْبَحَتْ قَادِرَةً فِي نَهَايَةِ الْأَمْرِ عَلَى الذَّهَابِ إِلَى الْمَنْزِلِ. وَلَكِنْ كَانَ يَبْقَى عَلَيْهَا أَنْ تَسِيرَ مَسَافَةً 3 كِلَمٍ إِلَى مَنْزِلِهَا لِأَنَّهَا لَا تَسْتَطِيعُ أَنْ تَرْكَبَ السَّيَّارَةَ. وَعِنْدَمَا وَصَلَتْ الْمَنْزِلَ، أُلْغِيَتْ التَّزَامُهَا بِعَمَلِهَا لِمُدَّةِ أَسْبُوعٍ وَلُوتَ إِلَى فَرَّاشِهَا. وَبَعْدَ عِثْرَيْنِ شَدِيدٍ لِمُدَّةِ 2-3 أَيَّامٍ، يَنْتَقِمُ بِمَجْرَدِ تَحَرُّكِ السِّتَارِ بِالنَّصِيمِ، تُشْفِيَّتُ وَتُكْرَتُ لِي فِي الْأَسْبُوعِ الْآتِي بِأَنَّهَا سَافَرَتْ فِي الْمَقْعَدِ الْخَلْفِيِّ لِسَيَّارَةِ أَصْغَرِ مِنْ سَيَّارَةٍ مَتَوَسِّطَةٍ بِرَحْلَةٍ لِمَسَافَةِ 200 كِلَمٍ تَقْرِيْبًا. وَقَالَتْ إِنَّ هَذَا الشِّفَاءَ أَطْعَمَهَا فِرْصَةً جَدِيدَةً فِي الْحَيَاةِ، وَأَنَّهَا لَمْ تَخُذْ إِلَى أَغْرَاضِهَا السَّابِقَةِ عَلَى مَدَى السَّنَتَيْنِ الْآخِرَتَيْنِ.

لَقَدْ رَاقَبْنَاهَا عَنْ كُتُبٍ لِمُدَّةِ سَنَتَيْنِ. وَبِمُكْنِكَ أَنْ تَسْتَعْمَلَ هَذِهِ الرِّسَالَةَ بِأَيِّ طَرِيقَةٍ تَرِيدُهَا لِمَصَاعِدَةِ الْآخَرِينَ.

ولكن، عندما يتلقى الدماغ طاقة الألباس كطاقة موافقة له، تُضاف الطاقة منه إلى طاقة الجسم، وتُعزّز جرياتها عبر خطوط الطول؛ وربما تساعد هذه الطاقة المعززة على إزالة عوائق الطاقة المحتملة، ممّا يؤدي إلى نتيجة جيدة عند من يرتديه. ويعتقد الكثير من الناس أن ارتداء الأحجار الكريمة مفيد للصحة والسعادة والنجاح، وهذا ما قد يفسّر احتمال حدوث هذه الظاهرة. ولكن، يُعدّ التوافق مع الحجر ضروريّ بشكلٍ مطلق للحصول على تعزيز إيجابي للطاقة؛ فإذا كنت محاطاً بحقول مناسبة من الطاقة صادرة عن عدّة عناصر مختلفة في الغرفة، عندئذ تجري الطاقة الصادرة عن جميع المنتجات عبرك، وتشعر بالحيوية والسعادة؛ فسبّل الطاقة تنفتح بشكلٍ واسع حتى تجري الطاقة الحرة عبر الجسم من دون أيّ عائق؛ وهذا ما يحسّن دوران الدم، ويمدّد جميع الخلايا والنسج في الجسم بالكثير من الأكسجين والعناصر المغذية، ممّا يحافظ على صحتك وقوتك. وإذا كنت تستطيع إيجاد أحجار ثمينة مناسبة وتضعها يومياً، عندها ستحسّن صحتك. وعندما تكون بصحة جيّدة، ستشعر بالسعادة والنشاط، وستعمل بجد، وتحصد نتائج جيدة من عملك، ممّا يجلب لك مستقبلاً جيّداً. وهكذا، إذا كنت تضع الحجر الثمين الصحيح والمستوافق معك، فستكافأ بالصحة والثروة والسعادة. والآن، أصبحت تعلم السرّ الكائن وراء ارتداء الحجر الكريم.

ومن جهة أخرى، إذا كنت محاطاً بشحنات غير مناسبة صادرة عن الكثير من الأجسام حولك، والتي تُسبّب عوائق الطاقة في خطوط الطول لديك، عندها لن تستفيد من مقدار ما تخضع له من تمسيد أو معالجات أو أدوية، بل سيزداد الانزعاج لديك من دون أيّ تفريج.

واستناداً إلى بعض دراسات الحالة هذه، يمكنك أن تفهم كيف تؤثر الطاقات الكهرطيسية للمواد. تمثل هذه القوة في صحة الإنسان (وربما الكائنات الحية الأخرى)، من خلال إحداث عوائق الطاقة. وقد تحدّثنا عن تأثيراتها الضارة في الجسم، لكنّها تستطيع ممارسة تأثيرات جيدة أيضاً.

وممّا يستحقّ الذكر هنا الحالة الفريدة لفتاة بعمر 24 سنة قابلت رجلاً وتزوَّجته بعد أسبوعين؛ وقد كان زوجها يعيش حياة سعيدة كثيراً ولديه عادات

طعامية جيدة، حيث لم يكن يأكل إلا الكربوهيدرات (السكريات) المعقدة والأطعمة غير المعالجة. ولكن ذلك كان خطأً جديداً من النظام الغذائي لديها. وبعد أسبوعين من زواجهما، أصبحت متوَعِّكة بشدة، وأُصِيبَتْ بالتهاب القصبات المزمن، ولم تُشَفَّ الأعراضُ بالمضادات الحيوية، كما عانت من آلام شديدة ومستمرة في جسمها ومن وجع في مفاصلها، وشعرت بالاكئاب، واشتكت من الأرق الشديد. وقد أخذها زوجها القلق من طبيب إلى طبيب على أمل إحراز بعض التفريح لزواجه الجديدة.

وسألها أحد الأطباء عن الأحداث التي تجعلها أفضل، وتلك التي تجعلها أسوأ؛ وكان جوابها أنها لا تشعر بالانفراج من ألمها إلا عندما تكون ذراعُ زوجها حولها؛ أمَّا بقية الأوقات الأخرى جميعاً، فإنها تشعر بالانزعاج رغم تناولها العديد من المسكنات يومياً. فهزَّ الطبيبُ رأسه، وأحالها إلى طبيب نفسي لمعالجتها من عللها النفسية الجسدية. وقد اتفق الطبيبُ النفسي مع طبيبها السابق، ونصحها بالذهاب في عطلة إلى هاواي. واعتقدَ الطبيبُ أنها تبحث عن مزيد من الاهتمام من زوجها. ووافق الزوجان على قضاء عطلة في هاواي وتاهيتي لبضعة أسابيع، لكنَّ حالتها بقيت كما هي.

لقد اكتشفنا أنها كانت تعاني من تحسُّس شديد تجاه مركبات الفيتامين B، وهو موجود في جميع الأطعمة الصحيَّة وغير المعالَجة. وعندما شرعت بتناول مُنتَجات القمح الكامل واعتماد نظامٍ غذائي غني بالألياف، بدأ جسمُها ببناء السُّموم التي أدَّت إلى جميع مشاكلها الجسدية والنفسية. ولم يتوقَّع أحدٌ أنَّ الحالات التحسُّسية لديها كانت سببَ مشاكلها. ولم تكن مُتَحَسِّسةً تجاه زوجها، كما لم يكن هو مُتَحَسِّساً تجاهها. وعندما جلست بجانبه، عزَّزت طاقته القويَّة دوران الطاقة لديها وحسنته، تماماً مثل وضع حجر ثمين موافق، ثمَّ ساعدها على فتح العوائق لديها مؤقتاً. وعندما أصبحت الطاقةُ تجري بحرية عبرَ خطوط الطاقة لديها، زالت الأوجاعُ والآلام وشعرت بالسعادة. وقد كانت مُحَقَّة في القول بأنَّها تشعرُ بحالة أفضل وهي بين ذراعي زوجها. ولكنَّ اختصاصيَّ علم النفس أو الطبيب النفسي العادي لم يفهما هذه المشكلة الصحية الغريبة عند المرأة. وقد أخذتُ المرأةُ

إلى ممارس للمعالجة بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودريباد للتَّعرُّف إلى مشكلتها الصحية. وبعدَ عدد من المعالجات بهذه الطَّرائق، تَخَلَّصَت المرأةُ من أَلَمها المستمرِّ، وهي تعيشُ الآنَ حياةً سعيدةً وصحيَّة مع زوجها وأولادها الأصحَّاء.

الفصل التاسع

اكتشاف طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد

تحصلُ الحالاتُ التحسُّسيةُ بنسبة أكبر بكثير مما تتوقع؛ فإذا زرت أية عيادة متعددة الاختصاصات، ستجد عددًا كبيراً من مرضى التحسس يملأون غرفة الانتظار بشكل مُقلق. وتُشيرُ التقاريرُ إلى أن حالات التحسس تزدادُ شيئاً فشيئاً في كلِّ سنة. وهناك أسبابٌ عديدة لذلك؛ فالتَّاسُ يُصابون بالأعراض التحسُّسية أكثر فأكثر من ذي قبل بسبب زيادة التلوث في مدنا الكبيرة، حيث تتكاثرُ بعضُ الأغبرة الصناعية والمواد الكيميائية والأبخرة والملوثات البيئية وغبار الطلع... إلخ. ونحن نعيش في عصر التكنولوجيا والكيمياء، حيث يتنافسُ الباحثون والعلماء على الحصول على أفضل المنتجات للأسواق بسرعة، ممَّا يؤدي إلى إيجاد منتجات جديدة يومياً. وقد أدَّى الاكتشافُ المستمرُّ للمركبات الكيميائية المختلفة التي تُستعملُ في تصنيع الثياب والأقمشة إلى ظهور مُستأرجات جديدة، وسرعان ما أُصيبَ الكثيرُ من الناس بالتحسس تجاه هذه المركبات. وقد أصبح الأطباء أكثر إدراكاً للتحسس، كما زادَ التَّعرُّفُ إلى الحالات التحسُّسية وتُشخيصها.

من المهمَّ معرفة أن الحالات التحسُّسية، مثلها مثل النَّاس، لا توجد في الخلاء، وإنما تكونُ جزءاً من ترابط معقد بين المُستأرج (مُولد التحسس) والجهاز العصبي المركزي. ويتحكَّمُ هذا الجهازُ بالوظيفة الصحيحة للأعضاء والأجهزة المختلفة في الجسم (الجهاز الهضمي وجهاز الدوران والجهاز الهيكلي والبولي التناسلي والجلد والجهاز اللِّمفي). ويكونُ كلُّ من هذه الأجهزة المعقدة قادراً، تحت توجيه الجهاز العصبي المركزي، على تجاهل منبه معين أو التفاعل معه. وهذا ما يحصل مع جميع الأجهزة الأخرى بشكل خاص، ممَّا يؤدي إلى تعطل كبير في الآلة البشرية، أو بشكل منفصل ممَّا يؤدي إلى ضعف أو قصور أيِّ جزء مُفرد في الجهاز الكلي أو جميع أجزائه.

الحالات التحسسية الكيميائية المتعددة!

حضرت شابة بعمر 27 سنة بأعراض شديدة لحالات تحسس كيميائي متعددة أدت إلى أعراض الدوخة وتشنج الذهن وانعدام التوجه (عدم الاهتمام) والتشنج العضلي والضعف العام وانغلاق العينين بسبب تورمهما وإغلاق البلعوم مع نوبات فقد الوعي؛ كما كانت ثصاباً بالغمشي غالباً عند التعرض للروائح الكيميائية، وكانت في خطر من الارتجاج نتيجة ارتطام رأسها خلال هذه الأعراض الفجائية لفقد الوعي. ولم تكن هذه الروائح التي حرّضت ذلك مؤذية بشكل خاص، بل كانت ثصاباً بالغمشي في مخزن المواد الغذائية الصحية المحلي بمجرد الاقتراب من مكان تخزين المواد ومستحضرات الشامبو. وقد عانت من هذه الأعراض لمدة سنة تقريباً، وذكرت بأنه: "منذ بدء الحالات التحسسية الكيميائية المتعددة أصبحت متحسسة أكثر شيئاً فشيئاً لعدد متزايد من المواد الكيميائية، وغدت ملازمة للمنزل تقريباً، وتجد صعوبة كبيرة في مغادرته من دون تلقاء الأعراض". كما كانت عاجزة عن استئناف عملها بسبب ذلك. لقد عُولجت هذه المريضة من الحالات التحسسية الأساسية والكثير من الأرجيات الغذائية الأخرى. كما عُولجت من الطفيليات والمواد الكيميائية والفيتامينات ومبيدات الهوام Pesticides (الجُرَذَان وما إلى ذلك) والهرمونات والقطر والزنابق والبنسلين والفورمالدهيد والعفن وعفن أوراق الشجر ورائحة العفن. وكان لا بد من أن تُعالج من عدد من الروائح: القطر وملطفات الهواء والمبيضات وملينات الأمشجة والأمونيا ومنتجات تنظيف المنزل. وعُولجت أيضاً من البروبان وغوايم السيارات والسجاد والدهان والغازولين. وقد عملنا على أجزاء الجسم أيضاً: الرئة والغضنين الكظريتين والكبد والمرارة والصقراء والعضلات. ولم تكنه معالجاتها أحياناً في المحاولة الأولى، فكانت تنتظر عادة إلى وقت لاحق. لقد أظهرت هذه المريضة تقدماً ملحوظاً، فتوقفت الغمشي لديها، وأصبحت قادرة على الخروج إلى العالم من جديد، وعلى القيام بعدة رحلات طويلة في الطائرات. وفي المرحلة التي خرجت فيها خارج الولاية، كانت أقوى بكثير، وقادرة على القيام بمهامها بشكل طبيعي من جديد. وأما أعلم أنه لم يكن بمقدورها أن تنجز هذا التحسن لولا طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

لا يزال السبب الدقيق الذي يجعل الجهاز العصبي المركزي يختار أن يتفاعل أو يتجاهل مُنبهاً معيناً غير معروف إلى حد بعيد؛ فهناك مناطق كبيرة من الدماغ تخضع على الدوام للاستقصاء بهدف التعرف إلى وظائفها المتعددة. ويعد الربو أحد

التفاعلات التي خضعت للملاحظات موسَّعة؛ فالمرضى الذين يُعانون من الربو لا يشكون من نوبات عندما يكونون بحالة خوف. وفي مثل هذه الظروف، يُعتقد أن الجسم يتحضر للدفاع أو الهرب (تفاعل الكر أو الفر Fight or flight reaction). وتنص النظرية على أنه، في هذه الحالة الكيميائية المفرطة Hyper-chemical state، يجري تجاهل المستأرجات تماماً، وما طراً من تعديل يُشبه رمي مفتاح ما فجأة. ولقد استخدمت هذه الفكرة عندما طوّرت طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد كمعالجة لإزالة الحالات التحسسية بشكل دائم؛ ففي كل مرة يُختبر فيها المريض تجاه مُستأرج ما، يتبدّل الجهاز العصبي المركزي نحو وجود الخطر القادم. وعندما يُعالج المريض من المُستأرج بعد ذلك، تظهر حالة كيميائية مُفرطة مقصودة أو تفاعل دفاع أو هرب (الكر أو الفر) مؤقت في الجسم، ممّا يجبره على إنتاج المواد الكيميائية العصبية الملائمة للتغلب على الخطر القادم: وجود المُستأرج المعروف. وبالتالي على الجذور العصبية النوعية، تُوقظ المسلك العصبي بأكمله، من منشئه في الدماغ حتى النهاية العصبية في مكان ما في المحيط حول الطرف الخطر. وهذا ما يُعلم العصب بالتعديل الذي يجبره الجسم من خلال إطلاق ترياقات كيميائية عصبية Neuro-chemical-antidotes ملائمة (الاندورفينات Endorphins، الإنكيفالينات Enkephalins... إلخ) لتعديل الخطر. وخلال الحالة الكيميائية المفرطة، يجري تجاهل المُستأرج تماماً من جديد. وفي وقت لاحق، عندما يصبح ذلك المُستأرج الخاص على تماس مع الجسم، يذهب الجسم بشكل تلقائي نحو حالة كيميائية مفرطة بتحرير المادة الكيميائية الخاصة، ولا يعود يتفاعل بشكل ضار تجاه المُستأرج. ويمكن أن يحرض المُستأرج نفسه تفاعلات أرجية فردية مختلفة عند الناس، حسب عدد مسالك الطاقة المتأثرة بغزو المُستأرج. ويمكن مقارنة التفاعلات المختلفة عند ثمانية أشخاص تجاه مُستأرج شائع، مثل الشوكولاته؛ ففي كل حالة، لم يكشف اختبار الخدش المعياري Standard scratch test وتحليل مصل الدم أن الشوكولاته تمثل مُستأرجاً عند هذا المريض.

الحالة الأولى: أظهر المريض فرطاً استجابة وأرقاً عند تناول الشوكولاته (عائق في خطوط الطاقة الخاصة بالقلب والكبد).

الحالة الثانية: كَانَ الْعَرَضُ لَدَى الْمَرِيضِ هُوَ الضَّائِقَةُ الرَبْوِيَّةُ الْحَادَّةُ (عَائِقٌ فِي خَطِّ الطَّوْلِ الرَّئَوِيِّ).

الحالة الثالثة: أَدَّتِ الشُّوْكُولَاتَةُ إِلَى إِصَابَةِ الْمَرِيضِ بِصَدَاعٍ جَبْهِيٍّ وَعَائِيٍّ وَصَلَ حَدَّ الشَّقِيقَةِ (عَائِقٌ فِي خَطِّ الطَّوْلِ الْمَعْدِيِّ).

الحالة الرابعة: عَائِيٌّ الْمَرِيضُ مِنْ تَعَبٍ شَدِيدٍ، وَلَمْ يَكُنْ قَادِرًا عَلَى الْبَقَاءِ مُسْتَقِظًا (عَائِقٌ فِي خَطِّ الطَّوْلِ الطَّحَالِيِّ وَالْقَلْبِيِّ).

الحالة الخامسة: فِي كُلِّ مَرَّةٍ كَانَتِ الْمَرِيضَةُ تَأْكُلُ فِيهَا الشُّوْكُولَاتَةَ، تُصَابُ بِانْفِعَالٍ شَدِيدٍ وَبَاكْتِثَابٍ غَالِبًا (خُطُوطُ الطَّوْلِ الْكَبِدِيَّةِ وَالرَّئَوِيَّةِ وَالْقَلْبِيَّةِ).

الحالة السادسة: عَانِيَ الْمَرِيضُ مِنْ عَسْرِ هَضْمٍ شَدِيدٍ وَتَطَبُّلٍ وَتَجَشُّؤٍ وَالْمُ عَضَلِيٍّ (خُطُوطُ الطَّوْلِ فِي الْكَبِدِ وَالطَّحَالِ وَالْأَمْعَاءِ الدَّقِيقَةِ).

الحالة السَّابِعَةُ: اشْتَكَى الْمَرِيضُ مِنْ أَلَمٍ شَدِيدٍ فِي مَفَاصِلِ الْأَطْرَافِ شَبِيهِ بِالْتَّهَابِ الْمَفَاصِلِ (عَائِقٌ فِي خَطِّ الطَّوْلِ الْكُلُوبِيِّ).

الحالة الثَّامِنَةُ: اشْتَكَى الْمَرِيضُ مِنْ إِسْهَالٍ شَدِيدٍ بَعْدَ دَقَائِقٍ مِنْ تَنَاوُلِ الشُّوْكُولَاتَةِ (عَائِقٌ فِي خَطِّ طَوْلِ الْأَمْعَاءِ الْغَلِيظَةِ).

وَرِغْمَ تَضَارُبِ نَتَائِجِ الْإِحْتِبَارَاتِ الطَّبَّيَّةِ، عَرَفَ مُعْظَمُ هَؤُلَاءِ الْمَرْضَى بِالْغَرِيزَةِ وَالْخَبَرَةِ أَنَّهُ يَنْبَغِي عَلَيْهِمْ أَلَّا يَتَنَاوَلُوا الشُّوْكُولَاتَةَ؛ وَلَمْ يَكُنْ تَفَاعُلُ الْجِسْمِ نَحْوَ التَّمَاسِ مَعَ الْمُسْتَأْرَجِ مَتَمَاثِلًا عِنْدَ كُلِّ مَرِيضٍ، وَإِنَّمَا كَانَتِ اسْتِجَابَةُ جِسْمِ كُلِّ مَرِيضٍ "كَنْزَوَةٍ مَنْحَرَفَةٍ" لِلْجِهَازِ الْعَصَبِيِّ الْمَرْكَزِيِّ.

بَدَأَ أَنْ تَعْبِيرَ "التَّفَاعُلُ التَّحْسُّسِيُّ" تَمَرُّكَزُ فِي عَضْوٍ أَوْ أَكْثَرَ مِنَ الْأَعْضَاءِ الَّتِي تَبَدَّلَتْ بِوُجُودِ الْمَادَّةِ الْمُتَوَضَّعَةِ فِي الْجِسْمِ أَوْ قَرِيبًا مِنْهُ. وَتَتَّفَقُ هَذِهِ الْمُلَاحَظَةُ مَعَ الطَّبِّ الشَّرْقِيِّ التَّقْلِيدِيِّ؛ فَمُعَالَجَةُ مُعْظَمِ الْأَمْرَاضِ يَنْبَغِي أَنْ تَبْدَأَ بِإِجْرَاءِ تَعْدِيلَاتٍ فِي الْجِهَازِ الْعَصَبِيِّ الْمَرْكَزِيِّ، وَهُوَ مَرْكَزُ التَّوَازُنِ بَيْنَ جَمِيعِ وَظَائِفِ الْجِسْمِ؛ فَالْعُنَاصِرُ الْمُسْتَهْمَةُ الَّتِي تَدْخُلُ الْجِسْمَ تَحْرُضُ حَالَاتٍ مِنْ عَدَمِ التَّوَازُنِ، وَهَذَا مَا يُوَثِّرُ سَلْبًا فِي جَوْهَرِ الْجِسْمِ أَوْ التَّشْيِ Chi، ثَمَّا يُظْهِرُ الْمَشْكَلَةَ أَكْثَرَ فِي أَمْرَاضٍ مُخْتَلَفِ النَّسْجِ وَالْأَعْضَاءِ أَوْ الرِّانِكِ Zang Fu.

بَعْدَ ذَلِكَ، قَدْ تَظْهَرُ الْأَمْرَاضُ بِوُضُوحٍ عَلَى هَيْئَةٍ ضَعْفٍ حَرَكِيٍّ بَادئٍ ذِي

بدء، ويُلاحظ ذلك من خلال طرائق اختبارات الاستجابة العضلية المعيارية، ومن هنا جاء مصطلح علم الحركة التطبيقي Applied kinesiology. وفي الواقع، يُندي كل شخص مُتَحَسِّس للشوكلاته ضعفاً عندما يخضع لاختبار الاستجابة العصبية. وتُعدُّ هذه الحقيقة هي المقولة الرئيسية في أسس طراز المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. ويجعل الضَّعْفُ الحركي أو الضَّعْفُ العضلي التَّشخيصَ ممكناً؛ فالضَّعْفُ العضلي هو الطَّريقةُ التي يتَّبعها الجسمُ لإرشاد المريض والطبيب نحو التَّفاعلات السَّلبية المحتملة أو الكامنة تجاه المُستأرجات. ونظراً لتوفُّر وسيلة تشخيصية بسيطة وفعالة الآن، فقد أصبحت مادةً بسيطة نسبياً للإجراءات الكَشْفِيَّة الجيِّدة بهدف التَّعرُّف إلى جميع المواد التي قد تكون مسؤولة عن الأعراض المرضية.

عندما أُدخِلَ الطبُّ الشرقي إلى العالم الغربي قبلَ نحو ثلاثة عقود، استغربت الكثيرُ من العقول الطَّبية الغربية من أنَّ العديدَ من الأمراض التي تُدعى بالأمراض الجسدية النَّفسية Psychosomatic illnesses قد استجابت جيِّداً للمعالجة بالوخز الإبري. كما استغربت أكثرَ عندما بدأت بفكِّ رُموز الجهاز العصبي المركزي، أي كيف يتحكَّم بالوظائف الكلية للجسم ووظائف الأعضاء كل على حدة. كما عرفَ هؤلاء أنَّه من خلال تَنْبيه جذع الجهاز العصبي المركزي (وفروعه أو خطوط طولهِ التي تشكِّل ارتباطاً معقداً بين الدماغ وأجزاء الجسم المختلفة)، يمكن الحصولُ على تفريجٍ مؤقتٍ للألم. ومع أنَّهم لم يفهموا السَّبب، لكنَّهم تقدَّموا نحو إيجاد طرائق لشفاء مرضاهم.

وحَتَّى تَكُونَ طرائقُ إزالة التحسس بحسب نامبودرياد فعَّالة، ليسَ من الضَّروري اتِّباعُ النَّظرية الصينية في كلِّ خطوةٍ من خطوات الطريقة؛ فنحن نستطيعُ تَبْنِي أفضل ما يمكن أن يقدِّمه الطبُّ الصيني، مع إشرَاكه مع أفضل ما يقدِّمه الطبُّ الغربي؛ فبالجمع بين مَصْدَرَي المعرفة، مثل تَشْبِيك اليدين مع بعضهما البعض، يمكننا أن نَحُلَّ المشاكلَ بشكل أفضل. ويساعد هذان الأسلوبان الطَّبيان بشكلٍ نوعي على تَوْطيد أفضل حاجتنا إلى فَهْم أنفسنا ووظائف أدمغتنا. ونحن نستطيعُ في رأيي أن نساعد أنفسنا، وأن نَحُلَّ الكثيرَ من المشاكل الصحية الغامضة والمُستعصية من خلال تعلُّم تقوية دماغنا وأجهزتنا العصبية.

ومثلما ناقشنا سابقاً، تتصف جميع المواد الحية وغير الحية، وحتى الأرض نفسها، بوجود طاقة مغناطيسية من حولها. وتنحذب جميع المواد على سطح الأرض أيضاً إلى بعضها البعض بسبب القوى المغناطيسية لكل مادة. ونحن جميعاً نتاج الوجود نفسه، ومُرتبطون ببعضنا البعض؛ وهذا ما قد يكون هو حال العالم عندما بدأ. ولكن، ومرار السنين، ونتيجة للطفرة الوراثية Genetic mutation، تغيرت جينات Genes جميع الأشياء الحية قليلاً، أو تبدلت عن خلقها الأصلي. هذا، ويُؤدّي التنسُّخ عادةً إلى خلق هذه الفروق - فبعضها يكون ملحوظاً وبعضها لا يكون - من جيل إلى جيل في أي شكل معروف من الحياة.

عندما يتضاعف البشر ويتكاثرون، تتبدل الجينات حسب ظروف التضاعف؛ وهذا ما قد يجعل بعض الأطفال يبدون مثل آبائهم، بينما يندو آخرون شبيهين بهم كثيراً. وإذا ما حصل عائق في بعض قنوات الطاقة خلال مرحلة التضاعف أو في أثناء انتقال الرسالة الوراثية Genetic message، فإن الجين المتكوّن سيحمل جميع الرسائل، عدا تلك الخاصة بالمنطقة المسدودة. وعندما يتكرر هذا التضاعف الجزئي مرةً بعد مرة، يمكن أن تخسر الجينات المنقولة القدرة على تمييز بعض العناصر التي سببت الانسداد أو الإعاقة خلال مرحلة التضاعف. وبكلمة أخرى، لا يعود الدماغ قادراً على تمييز بعض الطاقات من حوله، فينفّر ممّا لا يستطيع تمييزه.

ويمكن استناداً إلى هذا الافتراض تشكيل فرضية أخرى؛ فالحالات التحسسية هي لا شيء سوى إشارات تردّ منحرفة إلى الجهاز العصبي المركزي؛ ولا يكون لنتائج هذه الإشارات التي تُحدث تنافراً بين الجهاز العصبي المركزي والمواد الأخرى سوى القليل ممّا يمكن فعله مع الخواص السامة أو غير السامة للمواد. وبدلاً من ذلك، تكون هي نتيجة الطريقة التي يتلقّى بها الجهاز العصبي المركزي المادة، ويقرّر كيفية التعامل معها كحقل موافق أو غير موافق؛ وهي سامة أو غير سامة حسب الطريقة التي يستقبلها بها الدماغ؛ فإذا استقبلها كمادة سامة، تؤدّي إلى عوائق في قنوات الطاقة؛ أمّا إذا استقبلها كمادة غير سامة، فإنها تساعد على جريان الطاقة في القنوات، ممّا يفيد في إزالة أي عائق موجود. وتعتمد درجة التنظيف أو إزالة العوائق على قوة الحقل الموافق الذي تُبديه المادة.

وهذا ما يدفعنا نحو مفهوم يُعدُّ ثورياً بالنسبة إلى مُعظمِ الناس؛ فالتفاعلات التحسُّسية هي نتيجة رسائل يتلقاها الجهازُ العصبي المركزي ويتعامل معها، وليست نتيجة الخصائص المتأصلة للمواد التي تكون على تماسٍ معها.

ويكونُ على كلِّ مريض، بل - في الواقع - على مهنة الشفاء برمتها، أن يكشفَ الطريقةَ التي ستُغيِّرُ الإشاراتِ من "خطرة" إلى "غير ضارة". وفي الواقع، وضعتُ كلُّ فلسفةٍ طبَّيةٍ مفهومها العلاجي الخاص، ولكلِّ منها أتباعها الخاصة. ويتعلَّقُ الملتزمون بالفلسفات المختلفة بالنماذج والإجراءات العلاجية الخاصة بها، لذلك يُوجَّهون المرضى بقوةٍ لبلوغ مستويات الشفاء الممكنة من خلالها مهما كانت.

ولكن لا يأتي الانفراج والارتياح الحقيقيان إلا عندما يجري تجنبُ المُستأرج بالكامل، وهذا ما قد يكون مستحيلاً. ومع ذلك، ومثلما هي الحالةُ غالباً، تأتي أُرْجِيَّاتُ (حالات تحسُّسية) جديدة مكانَ تلك التي أمكنَ تجنبُها بنجاح، ممَّا يترك المريضَ في الحالة المُزرية نفسها، أو حتَّى أسوأ من ذي قبل. ولذلك، لا يزالُ السُّؤالُ المتبقِّي هو: هل هناك شفاءً دائم للأُرْجِيَّات؟ وهل يمكن إعادةُ بَرْمَجَةِ الجهاز العصبي المركزي الذي تكيَّفَ مع الاستجابة بشكلٍ ثوري تجاه الجسم لفترةٍ طويلة، ربَّما لألف عام، وإخضاعه؟ وهل يمكن تدريبُ الجهاز العصبي المركزي على إرسال إشاراتٍ إيجابية تستطيع جذبَ أيِّ شيء من حوله بطريقة مفيدة للجسم، بدلاً من الإصابة بهذه الحقول من القوة والإضرار بتوازن الجسم؟ وهل يمكن أن تساعدنا أجهزتنا العصبية الخاصة على التخلُّص من تأثيرات الأُرْجِيَّات الضارَّة؟ وهل يمكن بلوغُ شفاء دائم من الأُرْجِيَّات؟ وأخيراً، إنَّ الجوابَ عن هذه الأسئلة هو "نعم" بالتأكيد.

يمتلكُ الجهازُ العصبي المركزي القُدْرَةَ على تجاهل أو رَفْضِ حقلِ قوَّةِ مادة ما، وإحداث شكل كبير من المشاكل الجسدية والفيزيولوجية والنفسية في الجسم نتيجة لطبيعتها المتنافرة. كما يتَّصفُ الجهازُ العصبي نفسه بالقُدْرَةَ على تقبُّل أو تحسين القوة الأخرى من حولنا، وجعلنا نشعرُ بالراحة والعافية. هذا، ولقد اكتسبَ الدِّماغُ قُدْرَةَ الجذب منذ البداية، قبل أن يخسرَ قدرته (على الجذب) بسبب الطُّفَرَاتِ الخلوية؛ وهذا

يعني أن الدماغ كان مُدركاً لقدرة الجذب، وقد نسيها الآن. وأنت بحاجة إلى أن يستعيدَ الجسمُ إمكانيةَ العودةِ إلى وظيفتهِ الأصلية، بحيثَ تستطيعُ أن تجعلَ الجهازَ العصبيَ يتقبَّلَ وجودَ عناصر مرفوضةٍ أخرى من دونِ إحداثِ عواقبٍ أو مظاهر انزعاجٍ في الجسم، وهذا ما يمكنُ إنجازُه. فالمعالجةُ تؤدي إلى نتيجةٍ دائمة، وسوف يتخلَّصُ المرضى من الحالات التحسُّسية في نهاية المطاف عندما تُعالج.

لقد رأيتُ في الفصول السابقة أنَّ المُستأرجَ أو الشُّخنات الضارَّةَ للمادَّة يمكن إظهارها بوضوحٍ بشكلٍ ضَعْفٍ حركي يَبْدَى من خلال طرائق اختبارات الاستجابة العضلية المعيارية المشتقة من علم الحركة التَّطبيقي؛ وستصبح هذه الحقيقة بعد ذلك هي المقولة الأساسية في قواعد طراز المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. ويجعلُ الضَّعْفُ الحركي أو العضلي التَّشخيصُ ممكناً.

يُنَبِّهُ الوخزُ الإبري الجهازَ العصبي المركزي، ويؤمِّنُ تَفَرُّجاً مؤقتاً من الألم، ويشجِّعُ الشفاء. وقد كُتِبَتْ حديثاً الكثيرُ من المقالات حولَ الأَرَجِيَّاتِ في المنشورات الخاصة بكتاب في الطبِّ الشُّموليِّ Holistic والغربي على السَّواء. وفي كلِّ حالة، هناك رسالةٌ من الأمل مع المنهجيات العلاجية التي تشتملُ على نظام غذائي صارم أو بعض الأساليب السلوكية الدَّقيقة الأخرى. كما يوجدُ في كلِّ حالة أشكالٌ من التَّحذير للمريض حولَ احتمال التَّكسُّس إذا لم يلتزمَ بجرعات الصِّيانة Maintenance doses، أو لم تُحذفْ بعضُ الأطعمة تماماً من النظام الغذائي. ولكن لا يوجدُ في أيِّ نظام علاجي أملٌ بشفاء تام غير عَكُوس. وهذه الاحتياطاتُ جديرةٌ بالاتباع بحذر، لأنَّه حتَّى تُحرَزَ انفراجاً دائماً من التَّفاعلات التحسُّسية، لا بدَّ من إعادة بَرْمَجَةِ الجهاز العصبي المركزي تجاه المُستأرجات بطريقة مختلفة قبلَ المعالجة. والسؤال هو: هل هذا مُمكن؟ هل تُقدِّمُ طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد الحلَّ؟ الجوابُ نعم بلا شك.

اكتشافُ طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد

لقد اكتشفتُ الإجابة عن هذا السؤال نتيجة حادثٍ وقعَ يومَ الجمعة الثالث والعشرين من نوفمبر/تشرين الثاني 1983 حوالي الساعة الثانية بعد منتصف الليل؛

فقد كُنْتُ أعالِجُ بطريقةِ الوَخَزِ الإبري لتَفْرِيجِ تفاعلِ تحسُّسي شَدِيدِ تجاهِ الجَزَرِ النَّيِّ. وفي أَثناءِ المعالجةِ، شعرتُ بالتَّوَمِّ والجَزَرُ لا يَزَالُ على جِسمي. وبعدَ المعالجةِ بالوخزِ الإبري (وفترة من الرَّاحةِ خلالَ فترةِ الوخزِ)، استيقظتُ وأحسستُ بشعورٍ مُعَيَّنٍ. فلم أشعُرْ بالرَّاحةِ بعدَ المعالجاتِ الأخرى المماثلةِ بالوخزِ الإبري في الماضي. فلقد شعرتُ بأنِّي أستلقي على بَعْضِ الجزرِ، وكانت إحدى القطع لا تزالُ في يدي أيضاً؛ وعرفتُ أنَّ بَعْضَ الإبرِ كانَ من المُفْتَرَضِ أن تساعدَ على جريانِ الطاقةِ الكهربائيةِ وحُصولِ التَّوَاظُنِ في الجِسمِ؛ فإذا لم يكنْ هناكُ أيُّ عائقٍ في الطاقةِ، فمن المُفْتَرَضِ أن يزولَ بعمليَّةِ التَّوازنِ خلالَ المعالجةِ، وأن يعودَ الجِسمُ إلى حالةِ التَّوَاظُنِ، فقد درستُ هذا المفهومَ في المدرسة.

طلبتُ من زَوْجِي، الذي كان يساعدني في عمليَّةِ المعالجةِ، أن يختبرني بالنَّسبةِ إلى الجَزَرِ من جديدٍ. ولقد تفاعلَ حَقْلُ طاقةِ الجزرِ مع حَقْلِ الطَّاقةِ الخاصِ بي، وتَقَبَّلَ دماغِي هذا السَّمَّ المميتَ كعنصرٍ غيرِ ضارٍ، فلم يَعدْ حَقْلًا طَّاقةً مُتَنَافِرِينَ، وكانَ هذا اِكتِشافاً جديداً مَهولاً. وأثبتتِ الاختباراتُ اللاحقةُ على الجَزَرِ باختباراتِ الاستجابةِ العضليةِ أنَّ شيئاً ما كان قد حصل. وكرَّرنا الاختباراتِ كُلَّ ساعةٍ بَقِيَّةَ ذلكِ اليومِ. وتابعتُ أَكْلَ الجزرِ في اليومِ التَّالِي من دونِ أيِّ تفاعلٍ تحسُّسي، وهذا ما أَثْبَتَ النَّتِيجَةَ. لقد تَعَلَّمَ جِهازِي العَصَبِي المركزي استجابةً مختلفةً للنَّسَبَةِ (للحافزِ)، ولم أَعُدْ أَتفاعلُ معه. وبطريقةٍ ما غامضة، أعادتُ المعالجةُ بِرِجَّةٍ دماغِي. وما تَبَعَ ذلكَ كانَ سَلسَلَةً من التَّجاربِ بِمعالجةِ الحالاتِ التحسُّسيةِ لَدَيَّ ولدى عائلتي. هذا، ولقد شُفِيَتْ هذهِ الحالاتُ في غضونِ سنةٍ؛ وامتدَّتْ الطَّريقةُ في نهايةِ المطافِ إلى ممارستي؛ وفي كُلِّ حالةٍ، كانتِ الأَرجِيَّاتُ "تَشْفَى" ولا تعودُ أَبداً. وبعدَ معالجةِ آلافِ المرضى ضِدَّ ضُروبٍ واسعةٍ من المُسْتَأْرَجاتِ، لم يَعدْ الإِجْراءُ تَجْريبياً أو ذا قيمةٍ مُشْتَبَهِةٍ؛ فهو طَريقةٌ علاجيَّةٌ مُثَبَّتَةٌ تُشكِّلُ المَقولَةَ الأساسِيَّةَ في مَنَهجِيَّاتِ طرائقِ إزالةِ التحسُّسِ بِحسبِ نامبودرياد.

يُؤدِّي التماسُ الجسدي Physical contact مع مُسْتَأْرَجٍ ما خلالَ المعالجةِ وَبَعْدُهَا (تلكِ المعالجةِ الَّتِي تتألَّفُ من تَنْبِيهِ (تحفيز) بعضِ النِّقاطِ النَّوعِيَّةِ على خطوطِ طولِ الوخزِ الإبري، مما يُنَبِّهُ الجِهازَ العَصَبِي المركزي) إلى إنتاجِ الوَسائِلِ المَناعِيَةِ أو

الترياقات الضرورية لتعديل التفاعل الضار الناجم عن المُستأرج الموضوع في اليد، وهذا ما يُسبب استجابة جديدة تماماً ودائمة وغير عكوسة للمُستأرج. ومن الممكن من خلال تنبيه النقاط الملائمة في خطوط طول الوخز الإبري، والتي تكون متوافقة مباشرة مع الدماغ، إعادة برمجة الدماغ.

يُثبت نجاح طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد أن جزءاً هاماً من الأمراض التي نلاحظها تنجم عن الحالات التحسسية؛ ويشتمل ذلك على تجربة رجل عمره 65 سنة عانى من سُعال جاف خلال اليوم، ولكن ليس عندما ذهب إلى السرير ليلاً. ولقد وُجد أنه كان مُتَحَسِّساً لقطرات السُّعال (الدوائية) التي استعملها في المضغ خلال النهار. كما يتضمّن ذلك رُضيعاً في اليوم الخامس من عمره مُصاب باضطراب في التَّظْم القلبي (ضربات قلبية سريعة وغير منتظمة من دون أية مشكلة قلبية جسدية) حصل بعد الإطعام، واكتُشف أنه كان مُتَحَسِّساً لحليب أمّه.

بالنسبة إلى الأشخاص، مثل لاعب البيسبول الصَّغير البالغ من العمر 11 سنة، والذي أكلَ عَرَضاً كعكة كوكي مصنوعة من الفول السوداني، ومات في غضون دقائق من الإصابة بصدمة تحسسية، برزَ هذا الاختراق في هذه الطريقة العلاجية متأخراً جداً. ولكن بالنسبة إلى الكثيرين من الآخرين، يكون المآل Prognosis ساطعاً. وفي الوقت نفسه، استُخدمَ الإجراء العلاجي في مساعدة لاعب آخر تفاعل بالطريقة نفسها تقريباً تجاه حبوب الأرز؛ فالاختبارات أكَّدت أن والدَيْه ليسا في قلق من لقاء عارض لوُلِّدَهما مع وجبة مميّنة غنيّة بالأرز بعد لعبة البيسبول. ولكن ما هو المآل الخاص بالفتاة الصَّغيرة التي كانت ضحية لتسمّم تحسسي عارض ومشابه نتيجة الفول السوداني، أدّى إلى سكتة وغيبوبة وشلل لمدة ثلاثة شهور؟ وإذا لم تكن قد أعطيت سلسلة طويلة من المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد للتَّمطّ التَّوعِي من زبدة الفول السوداني الموجودة في الفطيرة التي أكلتها في منزل صديقتها، فهل ستمضي يومها بحالة من السَّعادة والنشاط؟ ربّما لا.

نعم، لقد كان المآل ساطعاً؛ فالأدلة توحى بمجدل أو حُجّة مُفَنِّعة يمكن تأسيسها، وننصّ على أن عدداً هاماً من المرضى المصابين بأرجيات كاملة غير

مشخصة يمكن معالجتهم بالاحتياطات الطبية الغربية التقليدية للحصول على انفراج مؤقت، بينما يحصلون على الشفاء بالممارسات الصحية الشمولية. هذا، ولقد أصبح التخلص من الأرجيات حقيقة عند الكثير من المرضى الذين كانوا يحضرون سابقاً بطيف واسع من الأعراض بدءاً من الاعتماد على الأدوية والسكنة وانتهاءً بالإكزيمة والربو.

إنه عصر الحلول الفورية لكل شيء، والطب ليس استثناءً. إننا نأمل أن نكون متعافين، بل متعافين الآن! ونحن نعاني بطرق عديدة من متلازمة تقول "أنا لست مهتماً كثيراً بما يكلفني الدواء من مال ما دام أنه سيجعلني أشعر بالعافية خلال دقيقتين"؛ وعندئذ، سنشعر بالخيبة عندما يكون علينا أن ننتظر شهوراً وسنوات أحياناً للحصول على الانفراج، أو لا نحصل على أي انفراج في الكثير من الحالات. ولا عجب بعد ذلك أن تجد المرضى لا يدفعون مالا مقابل الرعاية الصحية الخاصة بهم؛ فهم لا يعلمون لماذا عليهم أن يدفعوا ذلك.

وهكذا، يتمثل الدرس الأول الذي يجب تعلمه هو مغزى الدافع مقابل رعايتك الصحية الخاصة، وليس معرفة الحاجات إلى الرعاية الصحية فقط، ولكن أيضاً معرفة العمليات التي تحصل ضمن الجسم، وتؤدي إلى ضعف الصحة؛ فعندما تكون مصاباً بمرض مزمن، وتستمر الأعراض أو تنكس بعد فترة قصيرة من المعالجة وبعد الانتهاء من الأدوية، يجب أن تتعلم ما أمكن عن طبيعة المشكلة. كما ينبغي أن تبذل الجهد لاتخاذ القرارات حول بدائل الرعاية الصحية؛ فلا بد من تثقيف العامة، لا سيما في هذه الحالات، عن الأرجيات ينبغي ألا يُصرف النظر عنها باستخفاف كسبب أساسي ممكن لهذه الأعراض التي تبدو مستعصية أو متكررة. كما ينبغي تثقيف العامة للبحث عن سبب المشاكل؛ فإذا أمكن تتبع المشكلة، تستطيع بسهولة تجنب التماس مع العامل المسبب. وإذا لم يكن من الممكن تجنب التماس، فإن بمقدورك الذهاب إلى واحد من آلاف المختصين بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد الذين تعلموا إزالة المشكلة باستعمال هذه الطرائق.

الفصل العاشر

خطوط الوخز الإبري

يَتكوّنُ الجسمُ البشري من عظام ولحم وأعصاب وأوعية دموية، ولا يمكن لهذه المكونات أن تقوم بوظيفتها إلا بوجود طاقة حيوية Vital energy؛ وكما هي الحال بالنسبة للكهرباء، فإن الطاقة الحيوية لا يمكن مشاهدتها بالعين البشرية.

وفي الحقيقة، لا يُعرف كيف ولماذا تدخل الطاقة الحيوية إلى الجسم، أو كيف أو متى أو أين تذهب لدى مغادرتها؛ ولكنه من الثابت أنه من دون هذه الطاقة لا يمكن أن تحصل أية وظيفة من وظائف الجسم. هذا، وتجري الطاقة الحيوية في الكائن البشري الحي بحرية من خلال مسارات أو سبل افتراضية للطاقة، ويقوم الدم الجائل في الأوعية الدموية بتوزيع العناصر الغذائية الملائمة إلى مختلف أجزاء الجسم. ويعتد الأطباء الصينيون المتمرسون هذه الخطوط أمراً حقيقياً، بل إن اليد الخبيرة المدربة يمكنها تتبع أي خط من هذه الخطوط نقطة بنقطة وتقييم الحالة الفيزيائية والفيزيولوجية والعاطفية (الانفعالية) للشخص بدقة تتراوح بين 99-100٪.

يساعد الدم على تبادل الأكسجين وثنائي أكسيد الكربون من خلال التخلص من شوائب الجسم؛ وعندما يتلقى الدم العناصر الغذائية المناسبة، فإن الجسم والعظام ينموان، فضلاً عن أن العضلات والأعصاب يصبحان قادرين على حماية الجسم، حيث يعمل الجسم كوحدة واحدة يمكن تشبيهها بمصنع كفو تحصل فيه جميع الوظائف كما هو مخطط له؛ وبمجرد أن تتوقف الطاقة الحيوية عن الجريان في مساراتها، فإن الآلة البشرية ستتوقف عن القيام بوظائفها، وسيعلن عن وفاة الشخص.

تقع خطوط الوخز الإبري Acupuncture meridians في مختلف أجزاء الجسم، وهي تحتوي على سائل غير خلوي عديم اللون يتحرك بحرية (ملاحظة: لا يُقصد بهذا السائل الطاقة الموصوفة في الأعلى)؛ وتوجد الكثير من نقاط الوخز

الإبري التَّوَعِيَّةُ على طولِ هذه الخطوط، وترتبطُ معظمُ هذه النقاطُ أو تتداخل مع فروع من خطوط أخرى، وهي تتكوَّن من خلايا بيضويَّة صَغِيرَة تُعرَفُ بِجُسيماتِ بونهام *Bonham corpuscles*، وتكوَّن ذات طَبِيعَة كهرطيسيَّة، تُحيطُ بالشَّعيرات الدموية تحت سطح الجلد، فَضْلاً عن الأوعية الدموية والأعضاء في كامل الجسم. وقد سَمَّى الصِّينيون هذه الخطوط تبعاً للوظائف الحيَّاتِيَّة التي يرتبطُ كلُّ منها بها. وفي معظم الحالات، تُشابهُ هذه الأسماءُ مع أسماء الأعضاء المألوفة لدينا؛ وتُساعد الدِّرَاسَةُ الدَّقِيقَةُ لمسارِ هذه القنوات، ومعرفة الأعراض المرضية الأكثر مُشاهدَةً، القارئ على عزَلِ المنطقةِ التَّوَعِيَّةِ لخطِّ الطُّولِ التَّوَعِي المُحصَر، حيث يُؤدِّي إحصارُ الطاقة في العضو المقصود إلى ظهورِ أعراضِ تَوَعِيَّةٍ تميَّزُ خطَّ الطُّول. ويمكن للمستأرجات Allergens أن تُحصَرَ خطَّ الطُّول في ثلاثة مستويات: بدني Physical وتغذوي Nutritional (يُطلق عليه أيضاً اسم كيميائي أو كيميائي حيوي أو فيزيولوجي) وانفعالي Emotional (يُطلق عليه أيضاً اسم نفسي أو ذهني أو روحي). وتملك كل خلية في الجسم ثلاثة مستويات من الذاكرة والوظيفة كما يلي:

الخطوة الأولى: المستوى البدني Physical level – تتذكَّر كلُّ خلية آيَةً حاجة أو انزعاج في المستوى البدني. ويُعتَقَد أن هذا المستوى سطحي.

الخطوة الثانية: المستوى الفيزيولوجي Physiological level – تتذكَّر كلُّ خلية الوظيفة أو غياب الوظيفة في المستوى الفيزيولوجي (الوظيفي)، وهي الطبقة المتوسِّطة الأعمق من المستوى البدني. هذا، ويندرج معظمُ المرضى ضمن هذه المجموعة.

الخطوة الثالثة: المستوى النَّفْسي Psychological level – تتذكَّر الخلية التفاصيل الدَّقِيقَة للأحداث الماضية، وهي الطبقة العميقة التي تحمل بشكلٍ أساسي جميع الذكريات الغامضة أو الهامة عن الأحداث الماضية والمواد والأفكار والحوادث المختلفة. ويحتاج هذا المستوى إلى المعالجة النَّفْسيَّة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد Nambudripad's Allergy Elimination Techniques (NAET) حتَّى يَشْفَى. ونشاهد مَزيجاً من المستويات المختلفة غالباً؛ ومن الصَّعْب أن نجد شخصاً يندرج ضمن نوع واحد فقط من تلك المستويات.

الإحصار البدني Physical blockage

تُميّزُ الباثولوجيا التقليدية بين الأعراض التي تظهرُ عبرَ المسار الخارجي للسننات وتلك التي تؤثرُ في الأعضاء الداخلية المرافقة للسننات. ويمكن أن نُميّزَ المناطقَ المُحصَرةَ من الخطوط من خلال دراسة الأعراض، كما يمكن للمناورات اليدوية أو التدليك أو التمارين أو الأحواض الساخنة أو الساونا sauna أو المعالجة البسيطة بالوخز الإبري Acupuncture... إلخ أن تقدمَ انفراجاً مؤقتاً للإحصار البدني.

لن نكثر من علمي
الطب لا ينظرون إلى
سبب الألم، وذلك لعدم
معرفة كيفية
الوصول إلى ذلك.

قَدِمَتْ امرأةٌ عمرها 54 سنة تشكو من تيبس Stiffness شديد وألم في الرقبة يبدأ لدى استيقاظها في الصباح، وقد أظهرتُ اختباراتُ الاستجابة العضلية NTT أن تيبسَ الرقبة كانَ ناجماً عن تناول بعض الحضروات في الليلة السابقة؛

ولدى استجواب المريضة، وُجِدَ أنَّها قد تناولت فولاً أخضر مطبوخاً على العشاء. فلو عُولجت هذه المريضةُ بواسطة المعالجة اليدوية Chiropractic أو الوخز الإبري الصَّحيح Straight acupuncture أو المعالجة البدنية Physical therapy أو التدليك Massage، أو بمجرد استعمال بعض المسكنات، كانت قد تَحَسَّنَ في غضون يومين. ولدى تبُعنا لمشكلة هذه المريضة، اكتشفنا أن المشكلة كانت مع الفول الأخضر، لذلك عالجناها باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET، وأصبحت لا تعاني من أية أعراض في أقل من عشر دقائق. كما أنَّها لم تُعانِ من أية تأثيرات جانبية في السنوات العشر الماضية لدى تناولها الفول الأخضر.

الإحصار التغذوي (الكيميائي)

Nutritional (Chemical) blockage

يؤثرُ الإحصارُ التغذوي أو الكيميائي بشكل أساسي في السُّبُل الداخلية لخطوط الوخز الإبري، وقد نحتاجُ في هذه الأنماط من الإحصار إلى زيارة الطبيب عدَّة مرات، وإلى معالجة مكثَّفة باستخدام بعض المناورات أو الوخز الإبري أو المعالجة الفيزيائية؛ إلا أن ذلك قد يزولُ بشكل فعال وفي فترة قصيرة باستعمال طرائق إزالة التحسس

بحسب نامبودريباد. وقد يؤدي ترك الإحصار الكيميائي أو التغذوي من دون معالجة إلى أعراض أرجية (تحسسية) حادة أو مُزمنة؛ وتُسمى الأعراض المزعجة أو غير المريحة التي تظهر في غضون 24 ساعة من التماس مع المُستأرج Allergen "الأعراض الأرجية (التحسسية) الحادة Acute allergic symptoms"، بينما تُسمى الأعراض البدنية (الجسدية) أو الفيزيولوجية أو الانفعالية المزعجة، والتي تستمر أكثر من 24 ساعة بعد التعرض للمُستأرج وتظلّ لعدّة أيام أو شهور أو سنوات، "الأعراض الأرجية المزمنة Chronic allergic symptoms".

شكا المزارع طوني Tony، الذي يبلغ من العمر 64 سنة، من ألم في كتفيه منذ 16 سنة. وقد كان هذا الشخص مُنظماً على المعالجة اليدوية Chiropractic منذ عدّة سنوات، كما أنّه جرّب المعالجة باستعمال الوخز الإبري والتدليك (المسّاج) والأعشاب الطيبة والفيتامينات وبرامج إزالة السّمية والمعالجة البدنية دون تحقيق أيّ نجاح. وفي نهاية المطاف، بدأ هذا الشخص باستعمال أدوية الألم (المسكّنات)، وشعرَ بتحسّن لعدّة أيام، إلا أنّ ذلك لم يستمرّ طويلاً. وبعد بضعة أيام، لم تُعُدّ تُحدي الأدوية في إعطائه بعض الراحة من ألمه المستمر؛ وفي أحد الأيام، التقى هذا المزارع بصديق قديم أحاله إلى عيادتنا.

وفي عيادتنا، ومن خلال اختبارات الاستجابة العضلية، وُجد أنّ هذا الشخص لديه أرجية (تحسّس) شديدة للتوابل، ممّا سبّب له هذا الألم في الكتفين والمفاصل؛ ثم أخبرنا بأنّه يزرع نوعاً من الفلفل يُدعى الجالينو Jalapeno pepper، بالإضافة إلى أنواع أخرى من الفلفل، كما أنّه يقوم بتخليل تلك الفليفلة وتعبئتها من أجل تسويقها للزبائن، فضلاً عن أنّه يحب الفليفلة المخلّلة ويأكلها يومياً؛ واللافت في الأمر أنّ ذلك الشخص قد ودّع ألمه الذي عانى منه مدّة ست عشرة سنة بعد معالجته باستعمال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد. وهو ما زال خالياً من الأعراض بعد ثلاث سنوات من ذلك التاريخ.

في هذه الحالة، تبيّن أنّ الأرجية للفليفلة أدّت إلى إحصار أو إعاقة في السبيل الداخلي لخطّ الأمعاء الدقيقة. وتُسبّب هذا الإحصار في ألم الكتفين المستمر، وذلك لأنّ الكتفين ومفصل الكتف يقعان في السبيل الخارجي لخطّ الأمعاء الدقيقة. بدأت

تفاعلات الكيمائية الناتجة عن الإحصار في السُّبُل الداخلية للأعضاء الدقيقة، ثم انتقل الإحصار من خلال جميع النُّسُج المرافقة لخطِّ الأُعضاء الدقيقة، ومن خلال شبكة الأعصاب والعضلات والعظام والمفاصل والنُّسُج والأعضاء المرافقة. ويؤثِّر الإحصار عادة في أضعف النُّسُج على مسار الخطِّ؛ وفي هذه الحالة، تبيَّن أن طوبى استعمل كتفيه كثيراً من خلال عمله في الحديقة، وذلك في القُطْف والتَّخْلِيل وإعداد الفُلَيْفَلَة لِلْبَيْع، وأدَّى ذلك إلى إضعاف مفصليِّ الكتف. وكان من الممكن أن يتحسَّن المريض من خلال الوخز الإبري أو التدليك أو المعالجة البدنية... إلخ لو أنَّ الفُلَيْفَلَة أدَّت إلى إحصار في المسار الخارجي للخط فقط. وأفادت كلُّ المعالجات المريض، بما في ذلك أدوية الألم، في البداية إلاَّ أنَّها أخفقت في تقدُّم نتائج مستمرة، وذلك لأنَّها ركَّزت على معالجة العَرَض البدني دون إزالة السَّبب، كما أنَّ ذلك الشخص كان يعودُ دائماً إلى المُثير أو المهيج نفسه (الفُلَيْفَلَة!). ولو أنَّه ابتعدَ عن ذلك المهيج - مسألة الفُلَيْفَلَة - فمن الممكن حينئذٍ ألاَّ يكون قد عانى من هذا الألم هذه السَّنات الطَّوَال. هذا، ومن الجدير بالذكر أنَّ معظم الأطباء الممارسين لا ينظرون إلى السَّبب الكامن وراء الألم، لأنَّهم لا يعرفون كيف يكشفون ذلك. أمَّا طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد فتعالج السَّبب، حيث إنَّ المريض تَخَلَّصَ من الألم الكتفي المزمن عندما عُولج باستعمال تلك الطَّرائق، وقد احتاجَ ذلك إلى 20 زيارة للتخلُّص من أُرْجِيَّة الفُلَيْفَلَة والأُرْجِيَّات الأخرى المرتبطة بها. ورغم أنَّ ذلك الشخص لم يأكل أو يلمس الفُلَيْفَلَة خلال فترة 25 ساعة، إلاَّ أنَّه كان على مقربة منها بشكل مستمر في المنزل والحقل من خلال عمليَّة الشَّم، ممَّا أدَّى إلى عدم جدوى علاجه؛ فقد أُنفِصَت التفاعلات الكهرطيسيَّة بين الفُلَيْفَلَة وجسم المريض بزيادات صغيرة، ليصل في النهاية بعدَ عشرين جلسة علاج بطَّرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد إلى انسجام بين الطَّاقة الكهرطيسيَّة الناتجة عن الفُلَيْفَلَة وبين طاقة جسمه. ويمكن التخلُّص من ذلك من خلال تجنُّب القُوَّة المُحرِّكة الكَهْرَبِيَّة EMF لخمس وعشرين ساعة بعد المعالجة. وفي حال عدم تجنُّب ذلك، فقد يحتاج المريض إلى عدَّة زيارات للتخلُّص من الأُرْجِيَّة (التَّحسُّس) بشكل كامل. هذا، ويُذكر أنَّ المريض قد استطاع الاستمرار في عمله دون أيِّ انزعاج بعدَ معالجته من أُرْجِيَّة الفُلَيْفَلَة والأُرْجِيَّات المرافقة بشكلٍ ناجح.

شخصٌ آخر يبلغُ من العمر 32 سنة عانى من الحاجة إلى استعمال المُرْحاض في كلِّ مرَّة يتناول فيها غذاءٌ يحتوي على البيض؛ والغريبُ في الأمر أنَّ هذا الشخصَ يستطيع أن يطبخَ للآخرين وحتى أن يلامسَ البيضَ والدَّجاج دون حدوثِ أيَّة مشاكل، ولا تظهرُ المشكلة إلاَّ عندما يتناول البيضَ فقط، مهما كان المقدارُ قليلاً، حتَّى وإن كانَ مقداراً ضئيلاً في أحد أنواع الحلوى. وها هو الشخصُ يأكلُ الكثيرَ من البيض والأطعمة الغنيَّة به دون أيَّة مشاكل هضمية، وذلك بعد أن عولجَ بواسطة طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد منذ خمسة عشر عاماً.

الإحصارُ الانفعالي (النَّفسي) Emotional blockage

يمكن للمُستأرجات أن تودِّي إلى إحصار الطاقة في الجانب الانفعالي أو النَّفسي من الخطأ، كما يمكن علاجُ ذلك بشكلٍ فعَّال جدًّا من خلال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. ولا يخفى بطبيعة الحال أنَّ الأطباء النَّفسانيين والمعالجين السُّلوكيين يمكنهم أيضاً معالجة الأرجيَّات الانفعالية من خلال استعمال السُّبل العلاجية الغريَّة التقليدية، إلاَّ أنَّ طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد تختلفُ عن ذلك.

في أحد الأيام، أُحضِرَت المريضةُ ماري Mary البالغة من العمر 45 سنة إلى العيادة بصحبة زوجها، وقد كانت المريضةُ تضعُ إناءً صغيراً تحت ذقنها حيث كان يبدو بأنَّها تشعرُ بالغثيان. ولدى استجواب زوجها، تبَّينَ أنَّها بدأت التقيؤَ في الساعة الثامنة من مساء البارحة، وذلك بعد أن تناولت الخوخَ بفترة قصيرة. لقد كانَ بطنُ المريضة منتفخاً بشدَّة، وكانت غيرَ قادرة على التبول أو التغوط أو حتى إخراج الغازات في الليلة الماضية، كما أنَّها لم تكنَ قادرةً على إبقاء أيِّ شيء في معدتها بسبب القيء، بالإضافة إلى معاناتها من مشكلةٍ في الضَّفيرة الشَّمْسِيَّة⁽¹⁾.

Solar plexus.

أخذَ الرجلُ زوجته إلى غرفة الطوارئ في الساعة الخامسة صباحاً، حيث خضعت للعديد من الفُحوصات؛ وقد أظهرَ الفحصُ الشعاعي أنَّها تُعاني من انسدادٍ

(1) أي الضَّفيرة البطنيَّة أو الزُّلاقيَّة Celiac plexus.

في الأمعاء. لذلك نُصَحَتْ بإجراء عمليّة في الحال لإزالة ذلك الانسداد. ولكن -
 والله الحمد - بما أنّ المريضة كانت قد عولجت لدينا من الشقيقة ومن شكاوى
 أخرى، فقد كانت طريقتنا في العلاج مألوفة لديها. لذلك طلبت من زوجها
 إحضارها إلى عيادتنا حالما أخبرها طبيب الطوارئ بموضوع الجراحة. وفي نهاية
 المطاف، ولدى وصول المريضة إلى عيادتنا، كانت تبدو متعبة جداً، وكان جلدُها
 بارداً وتدياً، وقد كانت تعرقُ بشكلٍ غزير، وتعاني من ضيقٍ في التَّنَفُّسِ وألمٍ في
 أثنائه. ولحماية المريضة من الإغماء، فقد غُرِزَتُ عدَّةُ إبرٍ في نقاطٍ مختارةٍ من
 جسمها. وبما أنّ المريضة كانت متعبة جداً لدرجة لا تسمح لها بإجراء اختبارات
 الاستجابة العضليّة بنفسها، لذلك فقد استعملنا زوجها كبديل. وبمساعدة
 اختبارات الاستجابة العضليّة، أمكننا تتبُّع مشكلة المريضة وتوصلنا إلى أنّها تعودُ إلى
 إحصارٍ انفعالي بسبب الخوخ. وقد سردَ الزوجُ القصةَ التالية بمجرد ذكر مصطلح
 "الإحصار الانفعالي": كانَ أحدُ أبناء المريضة البالغ من العمر 17 عاماً يقومُ برحلةٍ
 خلال البلد وتحدّث مع والدته بالهاتف من نيوهامشير New Hampshire في
 الساعة الثامنة مساءً في الليلة نفسها التي كانت تأكل فيها الخوخ. وفي منتصف
 المكالمة، سمعت بعضَ الصخب وإطلاق النار في الجانب الآخر من الهاتف. ثم أقفلَ
 الهاتف. وهذا ما جعلَ المريضة تستنتج أنّ شخصاً ما كان قد قتلَ ابنها، ممّا أصابها
 بالذُّعر وجعلها خائفةً جداً وفارقةً الوعي تقريباً. وفي ذلك الوقت نفسه كانت
 المريضة تُمسك بيدها خوخةً قد أَكَلَتْ نصفُها.

لقد غُرِزَتِ أرجيةُ الخوخ تلك، والتي أدّت إلى إحصار الأمعاء، إلى أرجيةٍ
 انفعاليةٍ للخوخ، حيث إنّهُ عندَ سماع صوت إطلاق النار والإنهاء المفاجئ للمكالمة،
 دُعِرَت المريضة، ممّا حرّمَ الدِّماغُ من الوقت اللازم لاستيعاب ما كان قد حدث؛
 وقد قَرَنَ الدماغُ بين أَكَلِ الخوخ والذُّعر المفاجئ، واستمرَّ في تحذير المريضة من
 تناول أيّة قطعةٍ أخرى من الخوخ، بل حتّى مجرّد الاقتراب منه، وذلك عني أنّ دماغَ
 المريضة صنّفَ الخوخَ على أنّه شيءٌ يهدّد الحياة بالخطر.

وقد عُولجت المريضة من أرجية الخوخ (التَّحسُّس له) في عيادتنا فوراً
 باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، ليعودَ جسمُها المعتل إلى الحياة

في غضون دقيقتين فقط، حيث أصبحت قادرةً على التنفّس من دون ألم، كما عادَ لونها من جديد، وأصبحَ جسْمُها دافئاً وجافاً. ولم تُعدْ تشعر بالغثيان، وشربت بعضَ الماء دون حدوث آيَّة مشاكل؛ كما أصبحت قادرةً على إفراغ البُول فوراً، ممَّا أزال انتفاخَ بطنها. هذا، وقد أدهشَ برؤُها الآي والسَّريع عائلتها، فضلاً عن العاملين في العيادة.

وبالمناسبة، كانَ ابنُ المريضة قد اتَّصلَ بها من هاتفٍ عمومي، وعاوَدَ الاتصالَ بالهاتف بعد وصوله إلى الفندق ليخبر والدته أنَّ كلَّ شيءٍ على ما يُرام؛ حيث إنَّه عندما سمعَ صوتَ إطلاق النار (تبَيَّن فيما بعد أنَّه صوتُ انفجار شاحنة)، دُهِشَ واضطربَ فانقطعَ الاتصالُ بشكلٍ مفاجئ، ثم عاوَدَ الاتصالَ من الفندق حيث لا ضجَّةَ هناك؛ ولكن، في ذلك الوقت، كانَ دماغُ والدته قد ضلَّ بذلك الاعتقاد الخاطي، ولهذا فلم يُعدَّ مجرَّدُ العِلْمِ بسلامة الابن كافياً لطمأنة الدِّماغ بأنَّ الخطرَ قد زال.

العَضَلَاتُ ذاتُ الصَّلَة

تَنَقَّلُ الخطوطُ وقنواتُها الرئيسية والفرعية وفروعها من خلال طُرُق عديدة في الجسم تشملُ العضلات والثَّسُجَ. لذلك يمكن الشعورُ بأثر الإِحصار في العضلات والثَّسُجَ. ويستطيعُ كلُّ خطٍ التَّأثيرَ في مجموعة من عضلات الجسم، وقد يُعطي مدى قوَّة أو ضعف عضلات معيَّنة بعضَ المعلومات حولَ حالة ذلك الخط وسلامته.

كانت تشكو مريضةٌ تبلغ من العمر 32 عاماً، منذ خمس سنوات، من ألمٍ كليلي Dull مستمر في الجزء الوحشي من فخذهما الأيسر. وكانت العضلةُ المؤثِّرة لللفافة العريضة Tensor fascia lata تقعُ تحت منطقة الألم المزمن مباشرةً (يُذكر أنَّ العضلةَ المؤثِّرة لللفافة العريضة ترتبط بخطِّ المعى الغليظ)، ولم تكنِ المريضة تشكو من آيَّة أعراضٍ أخرى. ولكنَّها في الوقت الذي كانت تشكو فيه من الأعراض كانت قد تَزَوَّجَتْ منذ خمس سنوات. وكانت ترتدي سلسالاً ذهبياً عريضاً في عنقها وخاتماً ذهبياً في إصبع البنصر الأيسر وحلقة أنفيَّة ذهبية في فتحة أنفها اليمني

(يكون ذلك من خلال ثقب الجزء المنتفخ من الأنف وتزيينه بالذهب أو بحجر نفيس، لجعل المرأة تبدو أكثر جمالاً) منذ الزواج. وقد تبين أن هذه المريضة تعاني من أرجية (تحسس) تجاه الذهب، مما أدى إلى إحصار الطاقة في خط المعى الغليظ (النقطة الانتهاية في خط المعى الغليظ تقع عند قاعدة جناح الأنف)، ولذلك كان الشعور بإحصار خط المعى الغليظ على شكل ألم كليل في العضلة المرتبطة به، (العضلة المؤثرة للفاقة العريضة Tensor fascia lata). وقد زال ألم العضلة بمجرد إبطال أرجية الذهب.

الوقت ذو الصلة (المرتبط بالأمر)

يحتاج جزيء الطاقة إلى أربع وعشرين ساعة لينتقل خلال الجسم، ويكمل بذلك دورته خلال اثني عشر خط رئيسي مع فروعها الرئيسية والفرعية؛ ويعني ذلك أنه يحتاج إلى ساعتين لينتقل خلال الخط الواحد. واعتماداً على أساسيات الطب الشرقي، فإن جريان تشاي Chi يتبع مجرى الخط. ويبدأ الجريان عند خط الرئة ليكمل رحلته في غضون ساعتين. وبالمثل، فإن كل خط يحتاج إلى ساعتين ليمر جزيء الطاقة من خلاله. ومن الجدير بالذكر أن الخط يكون قوياً جداً خلال وقته، كما تكون التفاعلات الأرجية (التحسسية) ضد المستأرج قوية عندما يمر جزيء الأرجية خلال ذلك الخط، إذا كان المستأرج يؤثر في ذلك الخط؛ فعلى سبيل المثال، إذا كان أحد الأشخاص يعاني من الربو ومن أرجية للتفاح، وافترضنا أن هذا التفاح سيؤدي إلى إحصار في خط الرئتين، فإن المريض سيعاني من هجمة ربوية حادة خلال وقت خط الرئتين (3 صباحاً و5 صباحاً). ويكون الخط (خط الطول) في قوته القصوى في بداية وقت الخط، وأقل فعالية عند نهايته؛ ولذلك يكون الربو أشد ما يكون بعد الثالثة صباحاً بفترة قصيرة ليخف بعد ذلك تدريجياً عند الخامسة صباحاً.

والسؤال الذي يطرح نفسه الآن هو كيف تؤثر هذه المعلومات في معالجة الأرجية (التحسس)؟ يُقال في ذلك: إنه لدى معالجة الأرجية باستخدام طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، فإن على المريض أن ينتظر أربعاً وعشرين ساعة حتى

يُمنّني جزيء الطاقة الذي يحمل المعلومات الجديدة رحلته الكاملة. وعلى فرض أن المُستأرج قد أدّى إلى إحصار في خطّ أو خطّين، فإن المريض قد لا يشعر بأيّة أعراض جانبية أو قد يلغى المعالجة بعد ذلك الوقت، عند مرور جزيء الطاقة من خلال تلك الخطوط دون أي اضطراب. ويتضح من خلال ذلك أنه يمكن للطبيب الكُفء أن يحدّد العدد الدقيق من الساعات التي يجب أن يتجنّب المريض خلالها المُستأرج، وذلك بعد كلّ جلسة معالجة باستعمال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد. وقد لا يضطرّ الشخص إلى تجنّب المُستأرج لأربع وعشرين ساعة بعد كلّ معالجة؛ كما قد تكون تلك المعلومات مفيدة في معالجة بعض الحالات، مثل السكري Diabetes، حيث لا يكون المريض قادراً على تجنّب الطعام لفترة طويلة؛ ويفيد ذلك أيضاً في معالجة أمراض القلب. هذا، ويُذكر أن غالبية الأطفال والرُضع لا يضطرون إلى الانتظار لأربع وعشرين ساعة، لأنّ دورة الطاقة تكون جيّدة عندهم عادةً، وهو ما يجعل جزيئات الطاقة المُزالة التحسّس تُكمل رحلتها في وقت أقل.

الاتصال السنّي Dental connection

تمرّ بعض الفروع الدّقيقة للخطوط الرئيسية من خلال اللثة ومنطقة الأسنان، وهذا ما يساعدنا على فهم سبب اعتلال بعض الأسنان لدى تناولنا بعض الأطعمة أو تعرّضنا لبعض المواد الكيميائية... إلخ؛ لذلك، يجب فحص الخط الرئيسي والعضو ذي العلاقة للتحري عن أرجية ما عند الشعور بألم في أحد الأسنان؛ كما أنّ العلاج الفوري لتلك الأرجية وتقوية الخط المعني قد يوفرّ على الشخص عناء الذهاب إلى طبيب الأسنان وتجنّس مشقّة إجراء عمل غير ضروري ومؤلم، إضافةً إلى كونه مضيعة للوقت ومكلفاً.

الحاجات التغذويّة لخط الطول

تُعَدّ الخطوط جزءاً من جسمنا، وجسمنا يتكوّن من لحم وعظم ودم، وكذلك الأمر بالنسبة للخطوط. ولاشكّ أنّ الجسم يحتاج إلى تغذية مناسبة للنمو والتطور، ولإصلاح ما قد بلي منه. وهكذا هي الحال بالنسبة للخطوط والأعضاء

والتَّسْجُ المرتبطة بها. إِلَّا أَنَّ الشَّخْصَ الَّذِي يُعَانِي مِنْ أَرْجِيَةِ لِبْقُضِ الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ، لَا يُمْكِنُهُ امْتِصَاصُ تِلْكَ الْعُنَاصِرِ أَوْ الِاسْتِفَادَةُ مِنْهَا، وَلِذَلِكَ يَعْانِي الْجِسْمُ مِنَ الْعَوَزِ الْغِذَائِيِّ وَالْخَلَلِ الْوُظَيْفِيِّ، وَهَذَا مَا يُوْجِبُ عَلَى الشَّخْصِ أَنْ يَتَنَاوَلَ تِلْكَ الْعُنَاصِرَ لِسُتَعْوِيزِ الْعَوَزِ بَعْدَ أَنْ يَكُونَ قَدْ خَضَعَ لِلْمُعَاجَلَةِ لِإِزَالَةِ الْأَرْجِيَةِ (التَّحْسُّسِ). كَمَا يَجِبُ عَلَيْهِ دَعْمُ غِذَائِهِ بِالْعُنَاصِرِ الْمُنَاسِبَةِ، وَذَلِكَ لِقُوَّةِ الْخَطُوطِ وَالْأَعْضَاءِ وَالتَّسْجِ الْمُرْتَبِطَةِ بِهَا. وَبَعْدَ الْمُعَاجَلَةِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ، يَقُومُ الْجِسْمُ بِتَمَثُّلِ الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ الضَّرُورِيَّةِ مِنَ الْوُجِبَاتِ الْيَوْمِيَّةِ؛ وَبِمَا أَنَّ مُعْظَمَنَا لَا يَتَنَاوَلُ فِي الْعَادَةِ نَوْعِيَّةً جَيِّدَةً مِنَ الْغِذَاءِ يَوْمِيًّا، فَقَدْ يَحْتَاجُ الْجِسْمُ إِلَى عِدَّةِ سِنَوَاتٍ لَتَصْحِيحِ الْعَوَزِ الْغِذَائِيِّ، وَذَلِكَ فِي حَالِ الْاعْتِمَادِ عَلَى الْغِذَاءِ الْمُسْتَهْلَكِ فَقَط. وَيُمْكِنُ أَنْ يَصِلَ الشَّخْصُ إِلَى الْمُسْتَوَى الصَّحِّيِّ الْمِثَالِيِّ بِسُرْعَةٍ إِذَا أُمِكِنَهُ الْحَصُولُ عَلَى الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ غَيْرِ الْمُرْجَّةِ وَتَمَثُّلِهَا (الِاسْتِفَادَةُ مِنْهَا).

يُمْكِنُ التَّخَلُّصُ مِنَ التَّفَاعُلَاتِ الْأَرْجِيَّةِ (التَّحْسُّسِيَّةِ) بِسَهُولَةٍ وَالتَّخَلُّصُ مِنْ إِحْصَارِ الطَّاقَةِ فِي حَالِ اكْتِشَافِ الْمُنَاطِقِ الْمُحْصَرَّةِ وَالْعَوَامِلِ الْمُسَبِّبَةِ فِي مَرَاهِلِ مَبَكَّرَةٍ مِنْ عَمَلِيَّةِ الْإِحْصَارِ. وَبِذَلِكَ نَحْمِي الْجِسْمَ الْبَشَرِيَّ مِنْ أَمْرَاضٍ خَطِيرَةٍ مُحْتَمَلَةٍ؛ فَعَلَى سَبِيلِ الْمِثَالِ، سُرْعَانِ مَا بَدَأَ شَخْصٌ مَا بِالسُّعَالِ بَعْدَ شَرْبِهِ لِعَصِيرٍ مَا؛ وَلَدَى فَحْصِهِ، تَبَيَّنَ أَنَّهُ كَانَ يَعْانِي مِنْ أَرْجِيَةِ لِدَلِكِ الْعَصِيرِ، فَقَامَ ذَلِكَ الشَّخْصُ بِأَخْذِ عَيْنَةٍ، وَذَهَبَ إِلَى طَبِيبٍ مَخْتَصٍّ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ NAET حَيْثُ عَوِّلَجَ مِنْ تِلْكَ الْأَرْجِيَةِ الَّتِي كَانَتْ تُسَبِّبُ إِحْصَارًا فِي خَطَئِي الرِّثَيْنِ وَالْأَمْعَاءِ الْغَلِيظَةِ، لِيَصْبَحَ طَبِيعِيًّا فِي غَضُوضٍ دَقَائِقِ دُونَ أَيِّ سُعَالٍ. وَلَكِنَّ إِهْمَالَ الْمُعَاجَلَةِ، قَدْ يُوْذِي إِلَى الْإِصَابَةِ بِالتَّهَابِ الْخَلْقِيِّ فِي غَضُوضٍ دَقَائِقِ إِلَى سَاعَةٍ، وَقَدْ يُوْذِي إِلَى سَيْلَانِ الْأَنْفِ أَوْ انْسِدَادِهِ وَظُهُورِ أَعْرَاضٍ تُشَبِّهُ الْأَنْفِلُوزًا، بِالإِضَافَةِ إِلَى الْحُمَّى وَالدَّوْخَةِ وَالسُّعَالِ، ثُمَّ التَّهَابِ الْقَصَبَاتِ Bronchitis (لَا سِيَّمًا عِنْدَ شَرْبِ ذَلِكَ الْعَصِيرِ بِشَكْلِ مُتَكَرِّرٍ) أَوْ ذَاتِ الرِّئَةِ (الِالْتِهَابِ الرِّئَوِيِّ) Pneumonia فِيمَا بَعْدَ، وَقَدْ يَسْتَدْعِي ذَلِكَ اسْتِعْمَالَ الْمَضَادَّاتِ الْحَيَوِيَّةِ وَرُبَّمَا الْإِسْتِثْفَاءَ (دُخُولِ الْمُسْتَشْفَى).

فِي أَيَّامِ عِيدِ الْمِيلَادِ، رَافَقَتْ رِينُو Rinu الْبَالِغَةُ مِنَ الْعَمْرِ 5 سِنَوَاتٍ (وَهِيَ إِحْدَى مَرْضَانَا الَّذَيْنِ تَلَقَّوْا مُعَاجَلَاتٍ أَسَاسِيَّةً قَلِيلَةً) وَالدَّهْنُهَا إِلَى صَالُونِ الْخَلَاقَةِ،

حيث تناولت قطعةً من الحلوى أعطتها إياها العاملة هناك. في طريق العودة إلى المنزل، بدأت رينو بالسعال، وفي المساء أُصِيبَتْ بالتهاب الحلق، وأخذت حرارتها بالارتفاع وبدأت تَرتَعِدُ ليلاً. في الساعة الثالثة صباحاً، كانت تعاني من أزيز Wheeze، وأصِيبَتْ بهجمة ربو حادة عند الساعة الرابعة صباحاً. وعندها استدعى والدها المذعوران سيارَةَ الإسعاف، ونُقِلَتْ إلى المستشفى؛ حيث عولجت هناك باستعمال جهاز تنفسي خاص مع بعض الأدوية، وأُرْسِلَتْ إلى المنزل مع تنبيهها إلى ضرورة مواصلة تناول الدواء. ولكن - وللأسف - أُصِيبَتْ رينو في اليوم التالي بهجمات ربوية حادة عديدة، حيث نقلها والدها الغاضبان بسرعة إلى غرفة الطوارئ في كل مرة. في نهاية المطاف، وعند الزيارة الرابعة وفي غضون 48 ساعة، أُدْخِلَتْ الطفلة إلى غرفة عناية خاصة؛ ومع ذلك، استمرّت معاناتها من الهجمات الربوية بالرغم من استعمالها للأدوية والكورتيزون Cortisone. وفي الحقيقة، كانت الأم مرتبكة من استجابة طفلتها للمعالجة في المستشفى. وبعد يومين من المعاناة في المستشفى، تذكّرت الأم طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد، واتصلت بي بالهاتف. ومن خلال استعمال طريقة اختبارات الاستجابة العضلية عند البدل Surrogate testing، وُجِدَ أَنَّ العاملَ المسبّب كَانَ قطعة الحلوى التي تناولتها في صالون الحلاقة. فذهبت الأم مباشرة إلى صالون الحلاقة؛ فوجدت - والله الحمد - قطعةً من الحلوى نفسها التي تناولتها طفلتها. وعولجت رينو باستعمال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد في المستشفى ليتوقّف السعال في غضون 45 دقيقة، ويصبح تنفّسها طبيعياً، وتبدأ بتناول الطعام. وعادت رينو إلى منزلها في اليوم التالي، وقد ارتسمت على وجهها ابتسامة عريضة. واللافت في الأمر أنّه كَانَ بإمكان الأم أن تتجنّب الإقامة في المستشفى لمدة أسبوع قبل عيد الميلاد لو أنّها تذكّرت أن تتحرّى عن الأرجية تجاه تلك الحلوى.

تؤنّر الأرجية في المنطقة الأضعف من الجسم غالباً؛ فمثلاً، قد تكون رتناً الشخص الذي عانى من هجمات متكرّرة من الزكام والأنفلونزا والتهاب القصبات وذات الرئة... إلخ - عندما كان طفلاً - ضعيفتين عندما يكبر، ممّا يعرضهما لمشاكل مستمرة متعلّقة بخط الرئتين لدى تعرّضه لأيّ مُستأرج. وفي الوقت نفسه،

قد يجعلُ الاستعمالُ المتكررُ للمستأرج، على مدى أيام أو شهور أو سنوات، المنطقة المتماسّة مع المستأرج هي الأضعف في الجسم.

ماكسين Maxine سيّدة تبلغُ من العمر 64 سنة، عانت من عدوى شديدة في المثانة منذ سنوات؛ واستعملت لذلك المضادّات الحيوية لأسابيع متكرّرة، إلا أن العدوى سرعان ما عادت لدى توقّفها عن استعمال هذه المضادّات الحيوية. في هذه المرحلة، كان السيّدة وطبيها حائرين في أمرها.

وهنا، أحالَ الطّبيبُ هذه المريضةَ لي لتجريب الوخز الإبري؛ ومن خلال فحصها بطريقة اختبارات الاستجابة العضليّة، وُجدَ أنّها تعاني من أرجية (تحسّس) تجاه القطن؛ ولا غرو في ذلك، فهي دائماً ترتدي ملابس قطنية داخلية، وهذا ما أدّى إلى عدوى مثانيّة مستمرة، إذ إنّ تلك الملابس كانت على تماس دائم مع المثانة. وقد ودّعت هذه السيّدة عدوى المثانة المتكرّرة بعد أن عولجت من أرجيّة القطن بنجاح.

يصفُ الطبُّ الصيني التقليدي خطوط الطول Meridians أو سُبُل الطاقة بالتفصيل، بالإضافة إلى أعراض كل قناة أولية وثانوية. وفي هذا البحث، سنناقش القنوات الاثنتي عشرة الأولى وتوزّعها والأعراض المرافقة لها اعتماداً على مستوى الإحصار، كما لا يفوت التنبيه إلى أن سُبُل الطاقة ذات الشحنة الزائدة تسبّب بعض المشاكل، مثلما تفعل السبُل ذات الفعالية المنخفضة. ويساعدُ توازن الخطوط على التقليل من بعض المشاكل الصحيّة؛ وندعوك هنا للرّجوع إلى أيّ من مراجع الوخز الإبري لتعميق معرفتك في مجال الطبّ الشرقي.

الخطوط ذات الشحنة الزائدة (المفرطة الشحنة)

Overcharged meridians

قد يؤدّي سوء التغذية أو نقصها أو الجهد الزائد... إلخ إلى إتهاك خط ما أو جعله ذا شحنة زائدة؛ وقد يكون الجهد الزائد بدنياً أو ذهنياً؛ فالإجهاد البدني قد يكون بسبب التمارين الزائدة أو الجهد البدني المُنهك أو بسبب التفكير المستمر دون أخذ قسط من الراحة. هذا، ويُعدُّ الحنقُ والسخطُ على شخص ما، دون القدرة على التعبير عن ذلك، شكلاً من أشكال الإجهاد الذهني، مثل الإهانة

والتأنيب المتكرر أمام الغرباء من قبل الأب أو الأم أو الأخ الأكبر أو الأستاذ؛
فخارج نطاق الاحترام، لا يستجيب الشخص للمعالجة، ولكن بعد كل حادثة -
ومع مرور الوقت - يُعذّب الشخص نفسه وبملاها حنقاً وسخطاً، ممّا يزيد من
شحنة خطّ القلب والكبد.

الخطوط ذات الشحنة المنخفضة

Undercharged meridians

قد تؤدي قلة النشاط والحُمول وعدم الرشاقة والكسل وسوء التغذية وسوء
الدوران الدموي ودورة الطاقة... إلخ إلى جعل الخطّ ذا شحنة منخفضة؛ كما أن
الجهد الفيزيائي والذهني الزائد في أثناء الطفولة قد يؤدي أيضاً إلى جعل الخطّ ذا
شحنة منخفضة. ويمكن استخدام المثال السابق نفسه هنا، وهو الإهانة والتأنيب
المتكرر أمام الغرباء من قبل الأب أو الأم أو الأخ الأكبر أو الأستاذ... إلخ؛ فخارج
نطاق الاحترام، لا يستجيب الشخص للمعالجة؛ ولكن بعد كل حادثة، يتعلّم
الشخص كيف يعبر عن غضبه وسخطه، ممّا يحدث العديد من أشكال الإحصار
الدّاخلي. وفي النهاية، فإنّ هذا النمط من التصرف من قبل الآخرين لن يُدخل
الخطوط من خلال أشكال الإحصار السابقة، بل سيؤدي إلى خدر عام (تَبَلُّد) تجاه
أيّ شيء. ويعدّ ذلك أحد الوسائل الدفاعيّة التي تقينا من الألم، حيث سرعان ما
يستعلّم الشخص كيف يتجاهل تلك الحوافز الآتية من الآخرين، بل يصبح تجاهل
الأمور أمراً معتاداً. وعندما يبدأ الشخص بتجاهل الأشياء، فهذا يعني أنّه تعلّم كيف
يفقد حساسيته، ممّا يفقده الاهتمام والدوافع، كما يُنقص ذلك من حماسه، ويؤدي
إلى التسويف والكسل والبرودة تجاه أيّ شيء، وحتى تجاه الحياة نفسها.

قناة (خطّ) الرئتين

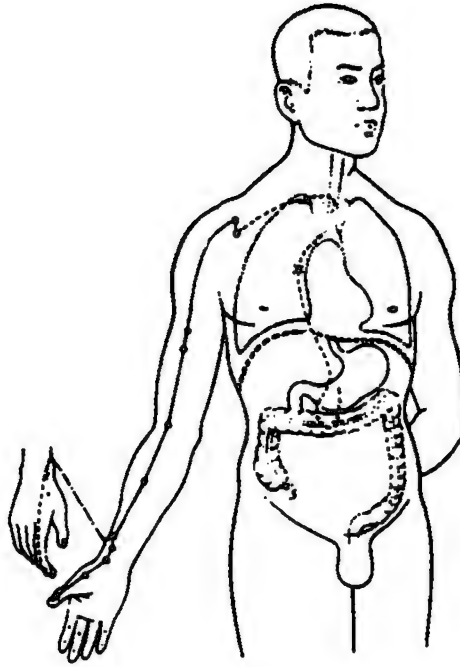
LUNG CHANNEL (MERIDIAN)

تبدأ قناة الرئتين في منطقة المعدة (المضرم أو المدفأة المتوسّط Middle burner or warmer)، وتعبر إلى الأسفل لترتبط مع المعى الغليظ. وفي طريق العودة، تتبع
القناة فوهة الفؤاد، وتعبر الحجاب الحاجز لتدخل إلى العضو ذي العلاقة (الرئتين)؛

كما تخرجُ القناةُ بشكلٍ مستعرضٍ من المنطقة الواقعة بين الرئة والحلق لتمضي إلى الأسفل على طول الجزء الأمامي من الذراع إلى الوحشي من قناتي القلب والتأمور Pericardium (الغلاف حول القلب). وعند وصول القناة إلى المرفق، تُتابع مسيرها عبر الجزء الأمامي من الساعد إلى الحافة الأمامية للناتئ الإبري Styloid في منطقة المعصم. وهنا تقطعُ القناةُ الشريانَ الكعبري Radial artery في منطقة التَّبَضُّ لتمدُّ من خلال ألية راحة اليد⁽¹⁾ Thenar eminence إلى الجانب الكعبري من ذروة الإهام.

يتفرَّعُ من القناة الرئيسية فرعٌ فوقَ الناتئ الإبري في منطقة المعصم لينتقل مباشرةً إلى الجانب الكعبري من ذروة السبابة. وتعلّقُ هذه القناةُ بالرتين كما ترتبطُ بالمعى الغليظ، وتعبّر الحجاب الحاجز لتصلَ بالمعدة والكلية وبأعضاء أخرى. ويُعدُّ خطُّ الرتين واحداً من أهمِّ خطوط سُبُل الطاقة، وهو نقطة البداية في دائرة الطاقة، وليسَ هذا في البشر وحسب بل في الكون نفسه؛ فطاقة الكون تبدأ نشاطها عند حوالي الساعة الثالثة صباحاً بعد راحة ليلية طويلة؛ وعندما تصبح الطاقة فعّالة في الكون، تهتزُّ من خلال الأشياء الحيّة الأخرى مُبديةً تذبذباً أو اهتزازاً الطاقة بتفعيل نسيم الصباح الباكر وجعل الأشجار والنباتات والأعشاب المتسلّقة تستحمُّ وترقص في ذلك النسيم، ممّا يُنبئُ دورة الطاقة في الجوار، فتستيقظ الطيورُ مُتَحَسِّسَةً للاهتزاز المنعش للطاقة، ومعبرةً عن ذلك بالزقزقة؛ ثم تفتّح براعم الأزهار آخذة الطاقة الطازجة وطارحة الطاقة القديمة نحو الجو (الشذا). كما تستيقظ الحيواناتُ عندما تنفّس الطاقة الطازجة. ويستيقظ البشرُ من خلال أخذ أنفاس عميقة والتثاؤب، والذي يعطي جرعةً عالية من الطاقة المُنعشة المُجدّدة للشباب، ويطرح الطاقة القديمة المتبدلة خارج الجسم. هذا، وإنَّ الطاقة المهتزة التي تدخل الرتين من خلال الأنفاس الصباحية الأولى تُطلق دورة طاقة جديدة، ممّا يجعل الرتين الخطَّ الأول في حلقة أو دورة الطاقة Energy cycle. ويساعد التثاؤب الأول على إنجاح دورة الطاقة من خلال تحريك الحجاب الحاجز إلى الأعلى، ممّا

(1) تُدعى بارزة الضرة؛ وهي الكتلة اللحمية على الجهة الوحشية (الخارجية) من راحة اليد أو كفة الإهام (الترجم).



الشكل 10-1. القناة الرئوية (لو Lu).

يساعدُ علي إخراج الهواء المتزوع الأكسجين من كل الأسناخ الهوائية. وتؤدي تلك القفزة إلى بدء حركة الطاقة في خط المعدة من خلال تنبيه التمعج⁽¹⁾ Peristalsis في السبيل الهضمي، ويساعد ذلك على التخلص من الفضلات المتراكمة غير المرغوب بها من القولون، مما يوفر مساحة أكبر للمواد الغذائية لتدخل السبيل الهضمي، وتحفظ ذلك الوقود اللازم لاستمرار دورة الطاقة في المستقبل.

إنَّ عدم قدرة الرئتين على استقبال الطاقة الطازجة عند الساعة الثالثة صباحاً يؤدي إلى حدوث مشاكل في خط طاقة الرئتين، لينتقل هذا الإحصار في الخط الأول إلى بقية الخطوط على شكل تفاعلات تسلسلية، مما يؤدي إلى انفصام دورة الطاقة؛ ويؤثر ذلك الانفصام في سبل الطاقة الأخرى بشكل مباشر أو غير مباشر في المستويات الثلاثة (البدني والفيزيولوجي والانفعالي) بدرجات مختلفة؛ وقد تُخفف الطاقة في الدُخول إلى خط الرئتين لعدة أسباب: كعدم أخذ قسط كافٍ من

(1) حركات القناة الهضمية.

الراحة ليلاً، أو عدم القدرة على التنفس بعمق بسبب المشاكل البدنية (الربو... إلخ)، أو عندما لا تبدأ دورة الطاقة بقوة كافية (بداية ضعيفة)، أو عدم القدرة على التأثؤ حيث لا يمكن للحجاب إخراج الهواء من الأكياس الهوائية، ممَّا يؤدي إلى عدم خروج الهواء القديم المنزوع الأكسجين من الرئتين، ومن ثمَّ عدم تأمين مساحة لدخول الطاقة الجديدة؛ وهذا ما يجعل المواد تتراكم في نُسج الرئتين، وتُفرز ذيفاناتٍ وسُموماً Toxins نحو طاقة الدوران، ممَّا يقودُ إلى اضطرابٍ في المستويات الثلاثة.

الأعراضُ المرتبطة بإخصار المستوى البدني

- الألم العصبي الوربي Intercostal neuralgia، الألم في: الصِّدر والرقوة والكتفين وأعلى الظهر والأسنان العلوية والذراعين وعلى مسار خطِّ الرئتين، بالإضافة إلى تيبس الرقبة وصُّداع الجيوب.
- العطاس، جفاف الأنف، السُّعال الجاف، التَّحجيج (السيلان) الأنفي الرائق، الألم والتورُّم على جانبي الأنف (الجيب الفكِّي)، آلام الجسم المعممة، جفاف الأنف، الإلتبار (الشَّرى) Hives، الحكَّة، والطفح الجلدي.

الأعراضُ المرتبطة بإخصار المستوى الفيزيولوجي

- حدوث الخراجات أو العدوى في أيِّ مكان من مسار الطاقة، الحمى المسائية، فقد الصَّوت Aphonia، الرُّبؤ، النَّفس الكريه، المذاق السيئ، ظُهور الدَّم في البلغم، التهاب القصبات Bronchitis، الحس بالحرقة في العينين، حس الحرقان، الحُدر والألم حول الأنف وداخل اللثة العلوية والأسنان، الارتعاد والحمى، الاحتقان، السُّعال، صعوبة التنفُّس، التنفُّس المؤلم، جفاف الحلق، صعوبة البلع، خلل التَّصويت Dysphonia، التُّفاخ (الرئوي) Emphysema، الرُّعاف (نزف الأنف)، الحمى، امتلاء الصدر، حمى الكلا Hay fever، الصُّداع بين العينين، الارتعاش الداخلي Internal trembling، التهاب الحنجرة Laryngitis، إنتاج المخاط، التَّحجيج الأنفي، السَّلائل الأنفية Nasal polyps، التهاب البلعوم، التهاب الرئة Pneumonia، التَّستيل الأنفي الخلفي (تَقاطُر المُفرزات والمخاط خلف الأنف) Post nasal drip، ضيق التنفُّس، التهاب

الجُيوب Sinusitis، العطاس، ألم الحلق، تَدْمِيع العينين، والتهاب اللوزتين
Tonsillitis.

- تَطَبُّل البطن، الغثيان، ضعف الشهية، رخاوة البراز، الحمى مع أو من دون العطش الزائد، الإمساك، سخونة الكفَّين، وتغيُّرات لون البول.
- الدوخة والتهيج والأرق.

الأعراض المرتبطة بالخطّ ذي الشحنة الزائدة

الإحساسُ بثقل الصدر، ضيق النَّفس، السُّعال الشَّدِيد مع أو من دون كميات كبيرة من المخاط.

الأعراض المرتبطة بالخطّ ذي الشحنة المنخفضة

ضَعْف جهاز المناعة، الشُّعور بما يشبه نزلة البرد، العطاس المتكرّر، السُّعال، التعب العام، فقد الدفاع، البكاء الصامت، والارتعاش الداخلي.

الأعراض الأرجية (التحسسية) الحادة

- الألم في: الجيَّين الفكَّين وبين الفقرتين الصِّدرتين الثالثة والرابعة وفي اليافوخ الأمامي والصدر و/أو الترقوة والمفصل بين السلاميات الأولى والمنطقة الوريَّة والإبهام وأعلى الظهر والتاب العلوي الأول والضاحك العلوي الثاني والذراعين على مسار خطِّ الرئتين، بالإضافة إلى التهاب زَلِيل الوتر Tenosynovitis.
- الحمى المسائية، هجمات الربو القصصية الحادة، الربو القلبي Cardiac asthma، تفاقم الربو بعد الساعة الثالثة صباحاً، ضيق النَّفس، حرقه العينين وفتحتي الأنف، احتقان الصِّدر، السُّعال، السُّعال المُدْمِي، جفاف الفم والحلق، السحنة الهزيلة، الحمى، الحكّة في فتحتي الأنف، الصُّداع بين العينين، احتقان الأنف، التَّنَزُّف الأنفي، التَّسْتِيل الأنفي الخلفي (تَقَاطُر المُفْرَزَات والمخاط خلف الأنف)، سيلان الأنف مع نجيح رائق، احمرار العينين أو ألمهما، العطاس، وتَهْيِج الحلق.
- التعب، التَّوَام Lethargy، أعراض شبيهة بأعراض الزُّكام، الآلام المعممة، الأرق، قَرَفُ اللَّبَن (قَشْرَةٌ مَثِيَّةٌ عَلَى رَأْسِ الْوَلِيد) Cradle cap، جفاف الجلد المعتم، الشَّرَى Urticaria، توسُّف الجلد، حكّة الجسم والفروة وعبر مسار خطِّ الرئتين.

الأعراض الأرجبية المزمنة

■ التهاب مفاصل الإبهام، مرفق لاعبي التنس Tennis elbow، تيبس الكتفين، التهاب أوتار Tendonitis الكتف، التهاب زليل الوتر، الألم في المفصل بين السُّلَامِيَّات الأولى، الألم السَّيْنِي المَزْمِن في الناب العلوي والضاحك العلوي الثاني.

■ الحُمَّى المسائية، الرَّبو، ظُهور الدم في القُشْع، التهاب القصبات Bronchitis، توسُّع القصبات Bronchiectasis، الرَّبو القلبي، تفاقم الربو بعد الساعة الثالثة صباحاً، السُّعال المَزْمِن مع أو من دون وجود قُشْع، جفاف الفم والأنف والعينين والحلق، السحنة الهزيلة، التُّفاخ (الرئوي) Emphysema، امتلاء الصدر، الآلام المعنَّمة، حُمَّى الكلاء Hay fever، التعرُّق الغزير في بعض الحالات وعدم التعرُّق في حالات أخرى، بَحَّة الصوت، عَدَوَى السَّبِيل التنفُّسي، الأنْفِلُوزَا، التَّهْيِج، خفوت الصَّوت، فقدان الرغبة في الكلام، التهاب الحَنَجرَة Laryngitis، السُّلَّاتِل الأنفية Nasal polyps، التعرُّق الليلي، حالات العَدَوَى الصدرية الأخرى، التهاب الجنبة Pleurisy، التهاب الرئة، ضعف نمو الشعر والأظافر، التَّسْتِيل الأنفي الخلفي، احمرار الخدين، ألم العينين، سيلان الأنف مع نَجِيج رائق (عَدَوَى فيروسية)، سيلان الأنف مع نَجِيج مصفر (عَدَوَى جرثومية)، ضيق النَّفَس بين الثالثة والخامسة صباحاً، عَدَوَى الجيوب، صُدَاع الجيوب، انسداد أو سيلان الأنف، تورُّم الحلق، تورُّم الغدد الرقبية، قُثُج الحلق، التَّدْرُن (السُّل) Tuberculosis، وعدم القدرة على النَّوْم بعد الساعة الثالثة صباحاً.

■ تطبُّل البطن، الغثيان، القَيْء، الإمساك أو رخاوة البراز، آلام الجسم أو عدم الراحة بين الثالثة والخامسة صباحاً.

■ العُدُّ (حبُّ الشباب) Acne، التهاب الجلد التَّائِي⁽¹⁾ Atopic dermatitis، الشَّرَى المَزْمِن Chronic hives، قَرَفُ اللَّبَنِ (قَشْرَةٌ مَيْتَةٌ عَلَى رَأْسِ الْوَلِيد) Cradle cap، الإكْرِيْمَة Eczema، التعرُّق الزائد، الطفح الجلدي، المشاكل الجلدية

(1) نمطٌ من التهاب الجلد التحسُّسي، ذو منشأ طفلي.

المُزمنة، الخال (ج. خيلان) Moles، الثآليل Warts، توسُّف الجلد أو خشونته،
الشَّعُور بالحرارة وسخونة الكفين، تساقط الشعر، ترقُّق الشعر، ضعف نموِّ
الشعر والأظافر، خشونة حواف الأظافر، والأظافر الهشَّة Brittle nails.

الأغراضُ المرتبطةُ بإحْصَارِ المستوى الانفعالي

يؤثِّرُ خللُ خطِّ الرتتين عادةً في الجانب الانفعالي (النَّفْسي)، ويكونُ ذلك
ناجماً عن تجربة منذ الطفولة مع شخصٍ ما أكبر سناً أو أب أو أخ أكبر أو وليٍّ أمرٍ
ما... أو شخصٍ كثيراً ما كان يُوبَّخُ الطفلَ وينتقد أفكاره وآراءه؛ فإذا ما تعلَّم
الشخصُ كيف يقاومُ تلك السلطةَ شفهيّاً أو لاشعورياً، فإن ذلك سيؤدِّي إلى جعلِ
خطِّ الرتتين عالي الشَّحْنَة لدى وصول الطفل إلى مرحلة البلوغ؛ أمّا إذا ما استسلمَ
الطفلُ وأذعنَ لسلطة المتأمر عليه من خلال كبَّحه لجماح غضبه، فإن ذلك سيؤدِّي
إلى جعلِ خطِّ الرتتين منخفض الشحنة؛ لذلك، فإنَّ عدمَ مقدرة الشخص على
البُكاء لدى إصابته بغمٍ ما أو حزن عميق سيؤدِّي إلى استقرار الحزن في الرتتين،
ليظهر ذلك في نهاية الأمر على شكل اضطراباتٍ رثوية مختلفة.

الانفعالُ الأساسي: الحزن العميق (الأسى) Grief

الانفعالاتُ ذات الصلَّة: الميلُ إلى إذلال الآخرين، الاستسلام، الإذمان أو
التعطُّش للوصل، الاعتذار الدائم، الكرب، تغيُّم الأفكار، مقارنة النَّفس مع
الآخرين، الاحتقار، الاغتمام، الاكتئاب (في الصباح الباكر)، اليأس، الحساسية
العاطفية الزائدة، التَّعبير عن الودِّ الزائد، الغرور، فقدان الأمل، عدم القدرة على
التَّعبير عن الحزن، إهانة الآخرين، عدم التحمُّل، قلة الاحترام للذات، الدَّناءة،
السَّوداويَّة، الإلحاح في الطلب، الفُلُّل، التحامُّل، الميل إلى الأطعمة الحريفة والمُبهرَّة،
الحُزن، طلب تقدير الآخرين، الإشفاق على الذات، البُكاء المتكرِّر من دون سبب،
والحنين.

العَضَلاتُ المرتبطةُ بخطِّ الرتتين

العَضَلَةُ المنشاريَّة الأمامية Serratus anterior، العَضَلَةُ الثَّرايِيَّة العَضْدِيَّة
Coracobrachialis، العَضَلَةُ الدالية Deltoids، وعَضَلَةُ الحِجَابِ الحاجزِ
Diaphragm.

الوقت المرتبط بخط الرنتين

من السّاعة الثالثة وحتى الخامسة صباحاً.

الاتصال السنّي لخط الرنتين

التّابان العلويّان الأول والثاني.

التغذية الأساسيّة لخط الرنتين

الماء الصافي والبروتينات والفيتامين C والفلافونويد الحيوي Bioflavonoid والقرفة Cinnamon والبصل والثوم والفيتامين B2 والحمضيات والفلفل الأخضر والأسود والأرز.

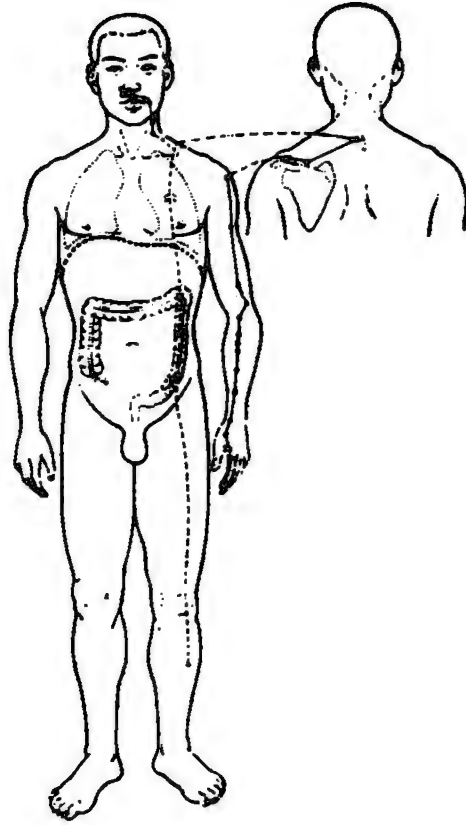
قناة (خط) المعى الغليظ

Large Intestine Channel (meridian)

تبدأ هذه القناة في الجانب الكعبري من قمة السّبابة، وتتابع مسارها نحو الأعلى بين العظمين السّنعين Metacarpal bones الأوّل والثاني، ثم تعبر القناة بين وترّي العضلتين الباسطة الطويلة لإهام اليد Extensor pollicis longus والباسطة القصيرة لإهام اليد Extensor pollicis brevis في المعصم، لتتابع مسيرها في الجانب الكعبري للسّاعد حتى الجزء الوحشي للمرفق؛ وهنا تتابع مسيرها في الجانب الوحشي من أعلى الذراع حتى الكتفين لتتبع الحافة الأمامية للأخروم Acromion قبل أن تتابع إلى الأعلى. وإلى الأسفل مباشرة من النّاتئ الشوكي للفقرة الرقبية السابعة، تدخل القناة مباشرة إلى الحفرة فوق الترقوة لترتبط بالرنتين قبل أن تنزل من خلال الحجاب الحاجز إلى المعى الغليظ.

وينفصل فرع من القناة الرئيسيّة عند الحفرة فوق الترقوة Supraclavicular fossa، متحرّكاً نحو الأعلى من خلال الرقبة، عابراً الخدين سائراً من خلال الشفة السفلية؛ وهنا يلتف هذا الفرع حول الشفة ليتقاطع مع القناة نفسها القادمة من الجانب المقابل من جسم الثّرة⁽¹⁾ Philtrum، ثم ينتهي هذا الفرع على جانب الأنف.

(1) الثّرة (الثلم العمودي في أوسط الشفة العلوية) (المترجم).



الشكل 10-2. قناة الأمعاء الغليظة (لي LI)

كما ينزلُ فرْعٌ آخر إلى المعدة عند نقطة الوخز الإبري St 37 (نقطة الالتحام السفلي للأمعاء الغليظة). وإلى جانب ارتباط هذا الفرع بالمعى الغليظ، فإنه يتصلُ بالرثتين، كما أنه يتصلُ بالمعدة مباشرة.

تُعَدُّ الأمعاءُ الغليظة مُستقبلاً للقاذورات الناتجة عن العديد من التفاعلات الكيميائية والتأثرات الإنزيمية التي تحدثُ في المستويات الثلاثة (البدي والفيزيولوجي والانفعالي). هذا، ويتوقعُ الجسمُ من القولون أن يتخلصَ من الفضلات. بمجرد إنتاجها، إلا أن القولون يرفضُ القيامَ بذلك في بعض الأشخاص، ممَّا يؤدي إلى بقاء تلك الفضلات في القولون وبين الطيَّات المعوية، مُفرزةً ذيفانات وسُموماً Toxins من المستويات الثلاثة نحو دوران الطاقة والدَّم، ومُحدثةً بذلك العديدَ من العِلل البدنية والفيزيولوجية والانفعالية.

الأعراض المرتبطة بإحصار المستوى البدني

- الألم في الكتفين ولَوْحَي الكف، والركبتين والجزء الوحشي من الفخذ وعلى امتداد الخط في الذراع، بالإضافة إلى اضطراب حركة الأصابع وتورم الجزء الوحشي من مفصل الركبة.
- ألم الحلق، الرُعاف، ألم الأسنان، ألم العينين واحمرارهما، وتورم العنق.
- الحمى، جفاف الفم، العطش، تطبُّل البطن، الإمساك أو الإسهال.

الأعراض المرتبطة بإحصار المستوى الفيزيولوجي

- الألم في السَّاقَيْن ومفصلي الركبة والعقبين والكتفين.
- الرَّبْو الخافي، احتقان الصُّدر، ضيق النَّفْس، صُدَاع الجيوب حَوْل العينين والأنف.
- التجشُّؤ Belching، الضَّحيج المعوي، رخاوة البراز، الحكَّة، الشَّرَى، النَّفْطَات Blister في اللثة السفليَّة، التهاب اللثة السفليَّة، التَّوَم، البراز المُدْمَى، والألم في أسفل البطن.

الأعراض المرتبطة بالخطَّ ذي الشَّحْنَة الزائدة

- الألم في الكتفين والألم في أسفل البطن والألم المترافق مع إمساك، بالإضافة إلى نوبات الدوخة.

الأعراض المرتبطة بالخطَّ ذي الشَّحْنَة المنخفضة

- تطبُّل البطن والضَّحيج المعوي والغازات المعوية البَكرِيهة الرائحة، بالإضافة إلى جفاف الشفتين والإمساك.

الأعراض الأرجية الحادة

- الألم في الكتفين ولَوْحَي الكف والركبتين والجانب الوحشي من الفخذين وغير مسار الخط في الذراع، بالإضافة إلى اضطراب حركة الأصابع.
- جفاف الفم والحلق وألم الحلق والرُعاف وألم الأسنان (القواطع الوحشية والضحكان السفليان الأوَّل والثاني)، بالإضافة إلى احمرار العينين وألمهما وتورم الرِّقبة والجزء الوحشي من مفصل الركبة.

■ المعص Cramps في أسفل البطن، الإمساك أو الإسهال، تشنُّج القولون والمستقيم والمصرتين الشرجيتين، الحكَّة الشرجيَّة، الشَّرَى المعمَّم، الضَّحيج المعوي، تطبُّل البطن، التَّزَف من المستقيم، التهاب القولون Colitis، والدوخة.

الأعراضُ الأرجية المزمنة

- التهاب المفاصل، تشنُّج العضلات في الجانب الوحشي من الفخذ والركبة، الألم في الكتفين والركبتين والمعصمين والسَّابَة والجُزء الوحشي من المرفقين وأسفل الظهر والعقبين، وعلى مسار العَصَب الوركي والجزء الوحشي من السَّاق.
- ألم البطن، التطبُّل، رائحة النَّفَس الكريهة (البَخَر)، التحشُّو، احتقان الصدر، ضيق النَّفَس، صُداع الجيوب على جانبي الأنف وبين العينين وفوقهما.
- العُدُّ (حبُّ الشباب) Acne، النفطات والالتهاب في اللثة السفلية، التهاب الجلد Dermatitis، الشُّعور بالتحسُّن أو الإعياء بعد التفوط، تساقط الشعر، ترقُّق الشعر، الشَّرَى، المغص المعوي، الحكَّة، نَقْص نمو الشعر والأظافر، خشونة الجلد أو تجعده، الطفح والتآليل الجلدية.

الأعراضُ المرتبطة بإخضرار المستوى الانفعالي

الانفعال الأساسي: الشُّعور بالذنب Guilt

الانفعالات ذات الصَّلَة: تراكم العواطف التافهة، القلق لفترات طويلة، الأحلام المزعجة، كراهية التنظيم، ثوب البكاء، البكاء، الدفاعية، الوضعيَّة الدوغماتية (العقائدية) Dogmatic، تذكُّر الماضي بسبب أيِّ شيء في الحياة، العاطفة الزائدة، الشُّعور بعدم الارتياح تجاه الذكريات القديمة، الغم، الشُّعور بالذنب، تردُّد الذكريات المؤلمة الماضية، إبقاء الفضلات الناتجة عن الانفعالات في الطيَّات المعوية، عدم القُدرة على تذكُّر الأحلام، الكوابيس، التقلُّب في أثناء النوم، الحزن، طلب الرحمة (الاستجداء)، التكلُّم في أثناء النوم، عدم القُدرة على نسيان الماضي، عدم القُدرة على التخلُّص من الأفكار غير المرغوبة، البكاء والقلق.

العَضَلاتُ المرتبطة بخطِّ المعى الغليظ

موتِّرة اللفافة العريضة، المربَّعة القطنية، والأوتار المأبِضيَّة.

الوقت المرتبط بخط المعى الغليظ

من الساعة الخامسة إلى الساعة السابعة صباحاً.

الاتصال السنّي للمعى الغليظ

ترتبط العضلة المؤثرة اللقافة العريضة بالقواطع السفلية الوحشية، بينما ترتبط العضلة المربعة القطنية بالضاحك السفلي الأول، أمّا الأوتار المأبضية فترتبط بالضاحكين السفليين الأول والثاني.

التغذية الأساسية لخط المعى الغليظ

الفيتامينات A و B و C و D و E، ولا سيما الفيتامين B1، القمح، النخالة، الشوفان، الزبادي، الطعام الخشن⁽¹⁾ Roughage.

قناة (خط) المعدة STOMACH CHANNEL (MERIDIAN)

تبدأ هذه القناة على جانب الأنف، ثم تتجه نحو الأعلى باتجاه جذر الأنف حيث تتقاطع مع قناة المثانة، ثم تتجه القناة إلى الأسفل في الجانب الوحشي من الأنف لتدخل للثة العلوية، وتنضم إلى القناة الرئيسية (الحاكمة) عند الثرة (ثلمة) في منتصف الشفة العلوية)، ثم تلتف حول زاوية الفم لتلتقي مع قناة الحمل Conception channel في السّلم الذقني الشفوي Mentolabial groove للذقن. وهنا تتبع القناة زاوية الفك متجهة إلى الأعلى أمام الأذن، ثم تتابع مسيرها عبر خط الشعر حتى تتقاطع مع قناة المرارة في نقطة الوخز الإبري للمرارة GB6. وفي نهاية المطاف، تعبر القناة منتصف الجبهة بشكلٍ موازٍ لخط الشعر، حيث تتصل بالقناة الرئيسية (الحاكمة).

وينفصل عن القناة الأساسية فرع عند الفك السفلي ليسير على جانبي الحلق، ويدخل الحفرة فوق الترقوة؛ وهنا يتحرك الفرع إلى الخلف ليصل إلى أعلى الظهر، ويلتقي بالقناة الحاكمة داخلياً عند نقاط الوخز الإبري لقناة أوعية الحمل CV13 و CV12، وذلك قبل أن يدخل إلى العضو المرتبط به - وهو المعدة - ويتصل بالطحال.

(1) مواد الطعام التي لا تُهضم (م).

راجعت إحدى مريضاتي، واسمها لين Lynne والبالغة من العمر 60 سنة (تستخدم المريضة العلاج اليدوي بالإضافة إلى طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد)، شاكية من آلام حادة تنتشر إلى الكتف الأيسر والذراع؛ وقد ازداد الألم تدريجياً خلال الأسابيع الماضية، ويكاد يكون لا يُطاق في بعض الأحيان. وقد خضعت المريضة للمعالجة اليدوية والمعالجة البدنية، ولم تجن سوى بعض التحسن في آلامها اليومية وفي إمكانية تحريك كتفها. ولدى مراجعة المريضة طبيب الجراحة العظمية، أخبرها أن الألم ناجم عن تنكس قرصين في الرقبة، وأن الاستبدال الجراحي لهذين القرصين هو الحل الوحيد، وقد يحتاج الشفاء التام إلى عام كامل، ثم حُدّد موعدُ الجراحة. ولكن في أحد دروس طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد المتقدّمة، علمت من الدكتورة ديفي Dr. Devi أن أرجية البول قد تؤدي إلى ظهور أعراض التهاب المفاصل Arthritis، وقد كانت لين (المريضة) - والله الحمد - من أوائل مرضاي في الاثنين التالي للمحاضرة، وكان أول ما طلبته منها هو إجراء فحص للبول. والمذهش أن ألم لين قد اختفى في منتصف الجلسة الأولى من جلسات طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد التي استُخدم فيها بول المريضة كعامل مُستأرج Allergen.

إلا أن الأعراض بدلت تعود تدريجياً بعد بضعة أيام من اختفائها، ولكن بشدة أقل؛ لذلك حُدّثت المُستأرجات التالية من لين في الأسابيع الأربعة التالية:

البول	السائل النخاعي CSF	الدم
تفاعل كومبو Combo بين	تفاعل كومبو Combo	تفاعل كومبو Combo بين
الدم والسائل النخاعي	بين الدم والبول	السائل النخاعي والبول
مزيج القرص	مزيج العظام	تفاعل كومبو بين الدم
تفاعل كومبو Combo بين	العظام والسائل النخاعي	والعظام

ولقد تناقصت الأعراض حتى الصفر خلال فترة المعالجة، وبقيت في ذلك المستوى. وبعد ثلاثة أشهر، شكت لين من عودة بسيطة للأعراض، إلا أن ذلك استجاب بشكل سريع لتوليفة من البول والوطاء Hypothalamus والدم والسائل النخاعي، وقد كان ذلك قبل ثمانية أشهر، ولم تظهر الأعراض مرة أخرى حتى الآن.

وهكذا، يمكنني القول بأن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد طريقة فعالة، وإنني لأشعر بالامتنان يومياً للدكتورة ديفي، إذ يمكنني الآن أن أقدم هذه الطريقة لجميع مرضاي.

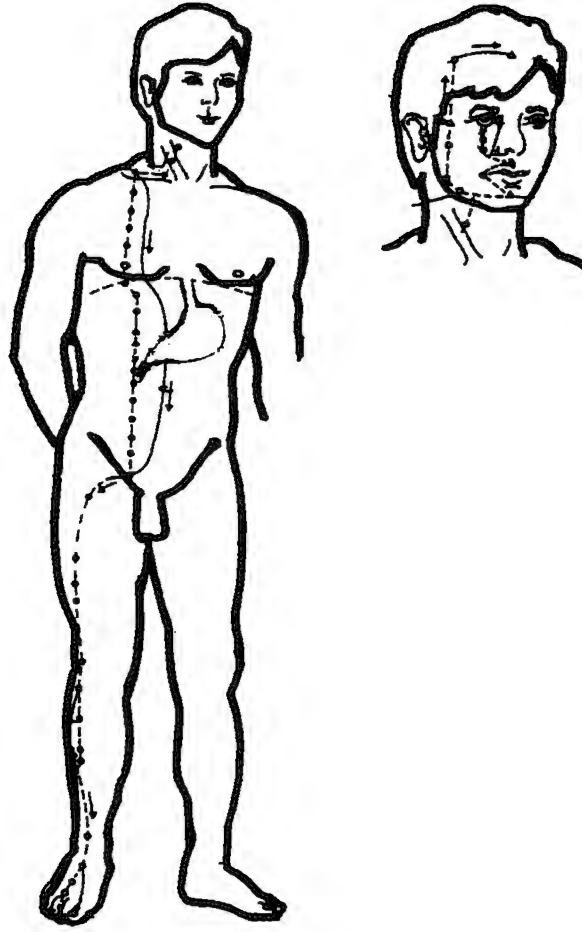
كما ينزلُ فَرْعُ عمودي من الحفرة فوق الترقوة مباشرةً عبر الخطَّ الحلمي Mammillary line ليمر جانب السرة وأسفل البطن حتَّى يصل إلى المنطقة الأربية؛ حيث يتصلُ بالفرع العمودي المذكور آنفاً؛ وهنا تعبر القناة نقطة الوَخز الإبري للمعدة St 31 في الجانب الأمامي من الفخذ، ثم تتجه إلى الأسفل نحو الرضفة مباشرةً Patella، لتتابع مسارها في الجانب الوحشي للظنوب⁽¹⁾ Tibia حتَّى تصلَ إلى الوجه الظهري من القدم، وتنتهي عند الجانب الوحشي من قمة الإصبع الثانية. كما ينفصلُ فَرْعٌ آخر مواز من القناة الرئيسية عند نقطة الوَخز الإبري للمعدة St 36، وذلك أسفل الركبة بثلاث وحدات، وينتهي في الجانب الوحشي من الإصبع الوسطى.

وينفصلُ فَرْعٌ آخر عند الوجه الظهري للقدم في مكان نقطة الوَخز الإبري للمعدة St 42، وينتهي في الجانب الإنسي للإصبع الكبري، حيث يرتبط بقناة الطحال عند نقطة الوَخز الإبري Sp1. وترتبط هذه القناة بالمعدة والطحال، كما تتصل مباشرةً بالقلب والمعى الغليظ والمعى الدقيق.

الأغراض المرتبطة بإخضرار المستوى البدني

- جفاف المخرين، الرُعاف، التهابُ الحلق، اللسان المبيض (المرض)، التهاب اللسان.
- الحمى الشديدة، الحمى المذبذبة Tidal fever، توهج أو تبُّع الوجه، نفضات الحمى Fever blister، التعرق، والهذيان Delirium.
- الألم في العينين والصدر، بالإضافة إلى الألم أو الانتفاخ على مسار القناة في الساق أو القدم، والألم في الجزء الوحشي من أسفل الساق ومتصف الظهر في الفقرة الصدرية الثامنة؛ كما يحدث تورُّم في الرقبة وشلل في عضلات الوجه وبرودة في الطرفين السفليين.
- العُدَّ (حبُّ الشباب)، دمامل الحرارة Heat boils، الآفات المشوَّهة (الشوائب) Blemishes على مسار القناة، الأطفاح الحمراء على امتداد الجانب الوحشي لأسفل الساق، الاصطباغ الأسود والأزرق أسفل الركبة وفوق الكاحل وعلى مسار قناة المعدة.

(1) الظنوب هو العظم الرئيسي (الكبير) في الساق؛ ويُدعى عظم القصبة أيضاً (الترجم).



الشكل 10-3. قناة المعدة (St).

الأعراض المرتبطة بإحصار المستوى الفيزيولوجي

- انتفاخ البطن، الامتلاء أو الوذمة، مَعَص Cramp البطن، القيء، الغثيان، الشعور بالانزعاج عند الاضطجاع، الجوع المستمر، ظهور طبقة صفراء على اللسان، اضطباع البول باللون الأخضر.
- الأرق، التَّمَلُّل، التخليط الذهني، التغيرات في الشخصية، الشخصية المزدوجة، فرط النشاط عند البالغين أو الأطفال، السلوك الهوسي الاكتيبي Manic-depressive behavior، الفصام Schizophrenia، قلة التركيز، السلوك العدواني.

■ الصُّدَاعُ الجبهي، صُدَاعُ الشقيقة، النوبات الصرعية Seizures، ألم الأسنان، الألم في الفك العلوي، بالإضافة إلى أمراض اللثة العلوية.

الأعراضُ المرتبطة بالخطَّ ذي الشُّحَّة الزائدة

فَقْدُ أو قَلَّةُ الشهية، نَقْصُ الوزن، فقد حاسة التذوق، التعب، فَرْطُ التَّعاطُفِ مع حاجات الآخرين ورغبتهم، مع إهمال النَّفس خلال ذلك، الاضطهاد أو الإهمال من قِبَل الآخرين الذين يستغلُّون الكَرَمَ المُفْرِطَ للمريض.

الأعراضُ المرتبطة بالخطَّ ذي الشُّحَّة المنخفضة

الشَّرْه، زيادة الوزن، زيادة الطاقة والألم على مسار قناة المعدة، الأنانيَّة الزائدة، التغذية الذاتية المفرطة، الميل إلى الكذب، سرقة المحلات، المراهنات (يندرج تحت هذه المجموعة المهووسون بالسُّرقة).

الأعراضُ الأرجية (التحسُّسية) الحادَّة

■ جفاف المنخرين، الرُّعاف، إلتِهَابُ الحَلْق، اللسان المُبْيَض، التهاب اللسان.

■ الحمَّى الشَّدِيدَة، الحمَّى المدية Tidal fever، توهُّج الوجه، نفضات الحمى Fever blister، الحَلَأُ (الهربس) Herpes، القُرُوح على اللثة وداخل الشفتين، الدمامل الحمراء المؤلمة في الوجه، التعرُّق، الهذيان.

■ الألم في العينين والصدر، بالإضافة إلى الألم أو الانتفاخ على مسار القناة في الساق أو القدم، الألم في الجزء الوحشي من أسفل الساق ومنتصف الظهر عند الفقرات الصدرية من السادسة وحتى العاشرة؛ كما قد يحدث تورُّم في الرقبة وشلل في عضلات الوجه وآلام معمَّمة في الجسم (الألم العضلي الليفي Fibromyalgia) وبرودة في الطرفين السفليين.

■ العُدُّ (حبُّ الشباب)، دمامل الحرارة Heat boils، الآفات المشوَّهة على مسار القناة، الحكَّة، الأطفال الحمراء في الجزء الوحشي أسفل الساق، الاصطباغ الأسود والأزرق أسفل الركبة وفوق الكاحل وعلى مسار قناة المعدة، والفَتْقُ الفُرْجَوِي Hiatal hernia.

الأعراض الأرجية المزمنة

- انتفاخ البطن، الامتلاء أو الوذمة، معص البطن، القيء، الغثيان، القهيم، التهام، الشعور بالانزعاج عند الاضطجاع.
- ظهور طبقة صفراء أو بيضاء على اللسان، الفلوع في منتصف اللسان، اضطباع البول باللون الأصفر.
- الأرق، التملُّل، التخلُّط الذهني، التغيرات في الشخصية، الشخصية المزدوجة، فرط النشاط عند البالغين أو الأطفال، السلوك الهوسي الاكتابي، الفصام Schizophrenia، قلة التركيز، السلوك العدواني.
- الوسوسة Obsession، السلوك القهري (الاستحواذي) الوسواسي Obsessive compulsive behavior، اضطرابات الهلع Panic disorders، الصداع الجبهي، صداع الشقيقة، ألم الرأس خلف العينين (ألم كليل أو حاد أو بشكل ضغط أو حرقان خلف العينين)، السلائل الأنفية Nasal polyps، النفس التتن، التعب، الأرق، ثوب الصرع، ألم الأسنان، الألم في الفك العلوي، أمراض اللثة العلوية، الألم العضلي الليفي Fibromyalgia، بالإضافة إلى مشاكل المفصل الصدغي الفكي.

الأعراض المرتبطة بإحصار المستوى الانفعالي

الانفعال الأساسي: القرف DIGUST

الانفعالات المرتبطة (ذات الصلة): السلوك العدواني، الوحدة، الشعور بالمرارة، الشعور بما يشبه دمدمية الفراشات في المعدة، الاتكال على الآخرين، الشعور بالحرمان، اليأس، خيبة الأمل، الاستياء، القرف، الأنانية، الشعور بالفراغ، كثرة التفكير، الشعور الزائد بأهمية الذات، الخوف من الموت، الخوف من فقدان السيطرة، التقلب، الطمع، الشعور بالذنب، فرط النشاط، قلة التركيز، الهوس، ضباية الوعي، العصبية، الحنين إلى الوطن، الوسوسة، الاضطرابات القهرية الوسواسية، العاطفة الزائدة، نوبات الهلع، الاضطرابات الإدراكية، التملُّل، طلب العطف، الشعور بالاكتئاب، الشعور بالرعب (الشعور بأن شيئاً خيالياً مرعباً

يوشك على الحدوث مع عدم القدرة على منع ذلك)، عدم القدرة على التحرك نحو انفعال آخر، عدم القدرة على تلقي العطف.

العضلات المرتبطة بخط المعدة

الجزء الترقوي للعضلة الصدرية الكبرى Pectoralis major clavicular، العضلة العضدية الكعبرية Brachioradialis، العضلة القصية الترقوية الخشائية (القرائية) Sternocleidomastoideus، باسطات العنق، قابضات العنق، العضلات الأخمعية، العضلة الرافعة للكف.

الوقت المرتبط بخط المعدة

من السابعة وحتى التاسعة صباحاً.

الاتصال السنّي لخط المعدة

يرتبط الجزء الترقوي للعضلة الصدرية الكبرى بالضاحين العلويين الأول والثاني، بينما ترتبط قابضات وباسطات الرقبة بالقواطع العلوية المركزية.

التغذية الأساسية لخط المعدة

المركّب B complex B، ولا سيما الفيتامينات B3 و B6 و B12، بالإضافة إلى حمض الفوليك.

قناة (خط) الطحال (SPLEEN CHANNEL (MERIDIAN))

تبدأ هذه القناة في الجانب الإنسي من ذروة إصبع القدم الكبير، ثم تتبع الحدّ الفاصل بين الجلد الغامق والفاتح في الجانب الإنسي من القدم، لتمر بعد ذلك أمام الكعب الإنسي ماضية نحو الساق، حيث تسمي في الجانب الخلفي من الظنبوب لتقاطع مع قناة الكبد وتسير إلى الأمام منها. وفي هذه النقطة، تعبر القناة نحو الجانب الإنسي من الركبة، وتستمر في الصعود إلى الأعلى عبر القسمين الأمامي والإنسي من الفخذ حتى تصل إلى البطن، حيث تقطع قناة الحمل Conception channel عند نقطتي الوخز الإبري CV 3 و CV 4 لترتبط بالعضو المرافق لها وهو الطحال؛ كما تتصل القناة بالمعدة، ثم تتجه نحو الأعلى عبر الحجاب الحاجز لتقاطع مع قناة المرارة

عندَ نقطة الوَخَز الإبري GB 24 ومع قناة الكبد عند نقطة الوَخَز الإبري Liv 14؛ ثم تستابع مسيرَها نحوَ الأعلى على جانبي المريء لتتقاطع مع قناة الرئتين عندَ نقطة الوَخَز الإبري Lu1. وفي نهاية المطاف، تصل القناةُ إلى جذر اللسان منتشرةً على سطحه السفلي.

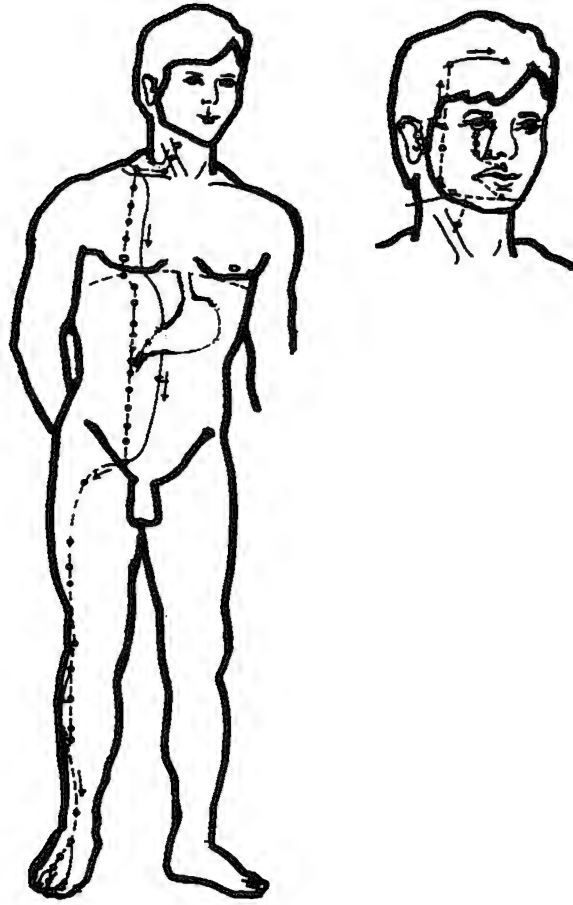
وَيَنْفَصِلُ فَرْعٌ من هذه القناة في منطقة المعدة، متقدِّماً نحو الأعلى عبر الحجاب الحاجز، ناقلًا تشي Chi إلى القلب. وإضافةً إلى ارتباط هذه القناة بالطَّحال، فهي تتصلُّ بالمعدة والقلب والرئتين والمعَى الغليظ.

الأغراضُ المرتبطة بالمستوى البدني

- الحسُّ بثقل الجسم أو الرأس، الآلام المعمَّمة، الحمَّى، الألم العضلي الليفي، الكسل، الثَّوَم، وهنُّ الأطراف، نحول العضلات.
- تَيْسُّ اللسان، برودة الجانب الإنسي من السَّاق والركبة.
- توذُّم القدم والساق، الوذَمات المعمَّمة، زيادة الوزن.
- الألم في أصابع القدم وعلى امتداد الخطِّ.
- فَقْد الحماسة وفَقْد المُتعة بأيِّ شيء، المزاجية، التذمُّر، عدم القدرة على اتخاذ القرار.

الأغراضُ المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

- ألم وامتلاء أو انتفاخ في البطن، الإسهال، الهضم غير الكامل للطَّعام، الضَّجيج المعوي، الغثيان، القيء، فَقْد حاسة الذوق والشم، الشُّعور بكتلة صُلْبَة في البطن، ضعف الشهية، الإمساك، تفاعل نقص سكر الدَّم.
- الشُّحوب، التعب، عدم النَّوم، نوبات الدُّوَام، الدوخة، اليرقان، فقر الدم، اضطرابات النَّزْف، البواسير.
- قَلَّة دم الحيض، عدم انتظام الدورة الشهرية، غياب الحيض، المعص بعد اليوم الأوَّل من الدورة الشهرية، الاضطرابات الهرمونيَّة، العُقَم عند النساء، الاضطرابات السابقة للحيض واضطرابات الإياس (سن اليأس) والاضطرابات التالية للإياس.



الشكل 10-4. قناة الطحال (Sp).

■ الخدر والألم والنمل في أطراف الأصابع وراحتي اليدين، متلازمة النفق الرسغي Carpal tunnel syndrome، الألم والتيبس في المفاصل بين السلاميات وفي مفصل المعصم.

الأعراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة الزائدة

تؤدي حالة فرط النشاط إلى جعل الشخص متردداً بشكل كبير، ويتناول الأشياء الجديدة دائماً قبل أن يستوعب الأمور الحالية بشكل جيد، وقد يحدث ذلك في سياق الطعام أو اتخاذ القرارات في الوظيفة أو العلاقات أو أي مظهر آخر من مظاهر الحياة. هذا، وقد يجني الشخص ذو الطحال المفرط الشحنة سُمعةً بسبب تقلبه الشديد.

الأعراض المرتبطة بالخطّ ذي الشُعنة المنخفضة

تؤدي حالة قلة النشاط (في هذا الخطّ) إلى ميل الشخص الشديد إلى الحلويات ونقص الذاكرة والنوم في أثناء النهار والاستيقاظ ليلاً، بالإضافة إلى تَوَب الاكتئاب Depression والامتناع Withdrawal والمُراق (تَوَهُم المرض) Hypochondriac، وقلة التركيز، والنسيان، وغياب الوعي، واللامبالاة، وصعوبة إبداء أو تقبُّل المودّة أو الوصول للأشياء الجديدة أو نسيان الأشياء القديمة.

الأعراض الأرجية الحادة

■ ثَقُل الرأس، ألم وامتلاء أو انتفاخ في البطن، الهضم غير الكامل للأطعمة، الضَّحيج المعوي، الغثيان، القيء، فقد حاسة النوق، تَيُّس اللسان، فقد حاسة الشم، الشعور بكثرة صلبة في البطن، نقص الشهية، الميل إلى السكريات، سوء الهضم، رخاوة البراز، الإسهال أو الإمساك، تفاعل نقص سكر الدَّم، الحمى المعمة والآلام الجسميّة.

■ الشُّحوب، التعب، عدم النوم، التَّوَم في المساء وفي أثناء النهار، الأرق الكامن، الأحلام المزعجة، تَوَب الدَّوام، الدوخة، اليرقان، فقر الدم، الاضطرابات النَّزْفِيَّة، البواسير.

■ قلة الحيض، عدم انتظام الدورة الشهرية، غياب الحيض، المعص بعد اليوم الأوَّل من الدورة الشهرية، الاضطرابات الهرمونية، العُقَم عند النساء، المتلازمة السَّابِقَة للحيض (Premenstrual syndrome (PMS، اضطرابات الإياس والاضطرابات التالية للإياس.

■ الخدر والألم والتَّمَل في أطراف الأصابع وراحتي اليدين، متلازمة النفق الرسغي Carpal tunnel syndrome، الألم والتَّيُّس في المفاصل بين السُّلَامِيَّات وفي مفصل المعصم، بالإضافة إلى برودة الجانب الإنسي من السَّاق والركبة ووذمة القدم والساق.

■ نَقْص احترام الذات، التَّسْوِيف، الاكتئاب، السُّلُوك الحدسي أو التَّكْهَن.

الأعراضُ الأرجية للمُزمنة

■ ألم وامتلاء أو انتفاخ في البطن، الهضم غير الكامل للأطعمة، الضَّحيج المعوي، الغثيان، القَيْء، فقد حاسة الذوق، تيبُّس اللسان، عدم وجود طبقة على اللسان، التقشُّر الكامل للسان أو التقشُّر على شكل لُويحات، فقد حاسة الشم، الشعور بكتلة صُلْبَة في البطن، نَقْص الشهية، الميل إلى السكَّريات، سوء الهضم، رخاوة البراز، الإسهال أو الإمساك، تفاعلُ نقص أو فرط سكر الدَّم، الحمى المعقَّمة والآلام الجسمية، السمنة، الدَّاء السكَّري Diabetes متلازمة التعب المُزمن Chronic fatigue syndrome.

■ الشُّحوب، التعب، عدم النوم، النوم في المساء وفي أثناء النهار، الأرق الكامن، الأحلام المزعجة، نوب الدُّوام، الدوخة، اليرقان، ودَّمة قَدَمِيَّة، أطراف ضعيفة، فقر الدم، الاضطرابات التَّزْفِيَّة، والبواسير.

■ قَلْبة دم الحيض، عدم انتظام الدورة الشهرية، غياب الحيض، المعص بعد اليوم الأوَّل من الدورة الشهرية، الاضطرابات الهرمونية، العقم عند النساء، المتلازمة السابقة للحيض (PMS) Premenstrual syndrome، اضطرابات الإياس والاضطرابات التالية للإياس.

■ الخدر والألم والتمل في أطراف الأصابع وراحتي اليدين، متلازمة النفق الرسغي، الألم والتيبُّس في المفاصل بين السُّلَامِيَّات وفي مفاصل المعصم، بالإضافة إلى برودة الجانب الإنسي من الساق والركبة ووذمة القدم والساق.

■ نَقْص احترام الذات، التَّسْوِيف، الاكتئاب، التَّلَوُّك الحدسي والتكهُّني.

الأعراضُ المرتبطة بالمستوى الانفعالي

الانفعالُ الأساسي: القلق Worry

الانفعالات المرتبطة (ذات الصَّلَة): القلق بشأن المستقبل، الاكتئاب المستمر، الشُّعُور بالحرمان، خيبة الأمل، كراهية الازدحام أو التجمُّعات، عدم الثقة بالآخرين، سهولة الإيذاء، الاستغراق في الأحلام، الإجهاد المُفْرِط للذهن (في الدراسة، التفكير، التركيز، التذكُّر)، إعطاء أهمية كبرى للذات، عدم تقدم

المساعدة، اليأس، التهيج، كبت المشاعر، فقد الثقة، فقد السيطرة على الأشياء، فقد الثقة بالذات، حب الوحدة، حب المدح، حب الانتقام، العيش على حساب الآخرين، عدم احترام الذات، فتور الذهن، الحاجة إلى التشجيع المستمر وإلا الانعزال، السلوك الوسواسي القهري، العاطفة الزائدة، الشعور بالكبت، الخجل، التكلم مع النفس، الجبن، عدم القدرة على اتخاذ القرارات، والقلق المستمر.

العضلات المرتبطة بخط الطحال

العضلة العريضة الظهرية Latissimus dorsi، شبه المنحرفة المتوسطة Middle trapezius، ثلاثية الرؤوس Triceps، المقابلة لإهام اليد الطويلة Opponents pollicis longus، شبه المنحرفة السفلية Lower trapezius.

الوقت المرتبط بخط الطحال

من التاسعة وحتى الحادية عشر صباحاً.

الاتصال السنّي لخط الطحال

ترتبط العضلة العريضة الظهرية بالرحى العلوية الأولى، بينما ترتبط العضلة شبه المنحرفة المتوسطة بالرحى العلوية الثالثة.

التغذية الأساسية لخط الطحال

الفيتامين A والفيتامين C، الكالسيوم، الكروم، والبروتين.

قناة (خط) القلب HEART CHANNEL (MERIDIAN)

تبدأ هذه القناة من العضو المرافق لها، وهو القلب، ثم تنشق من خلال الأوعية الدموية المحيطة بالقلب متجهة إلى الأسفل لتعبر الحجاب الحاجز؛ وهناك، تتصل بالمعى الدقيق؛ وينفصل فرع من القناة الرئيسية في القلب ليصعد إلى جانب المريء حتى يصل إلى الوجه، حيث يتصل بالنسج المحيطة بالعين. كما يوجد فرع آخر يخرج من القلب مباشرة لينحرف إلى الأسفل منشقاً أسفل الإبط، وهنا تتجه القناة إلى الأسفل على طول الحافة الإنسية للوجه الأمامي من أعلى الذراع إلى الخلف من قناتي الرئتين والتأمور Pericardium حتى الوصول إلى الحفرة أمام المرفق، حيث

تتابع مسيرها حتى تصل إلى العظم الكبير قريباً من الكف؛ ثم تدخل القناة راحة اليد وتتسع الجانب الإنسي للإصبع الصغير حتى تصل إلى نهاية الإصبع. هذا، وترتبط هذه القناة بالقلب، وتتصل بالأمعاء الدقيقة، كما أنها تتصل بشكل مباشر مع الرئتين والكليتين.

الأعراض المرتبطة بالمستوى البدني

- الألم: في العينين، وعلى امتداد الوجه الخلفي لأعلى الذراع، وعلى طول عظم لوح الكتف والجانب الإنسي للساعد.
- الحمى المعممة والصُّدَاع وجفاف الحلق.
- سخونة أو إيلام الكفَّين، برودة الكفين وألمخص القدمين.

الأعراض المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

- امتلاء (انتفاخ أو توسع) الصُّدْر وحس الألم فيه وفي الأضلاع أو ما تحت الأضلاع.
- الاضطرابات الذهنية، العصبية، الانفعال الزائد، البذاءة أحياناً والهيجية.
- الدُّوار Vertigo، الغثيان، الشعور بالدوار أو الدوخة.
- ضيق التنفس، التعرُّق الزائد، الأرق، امتلاء الصدر، الخفقان، الشعور بثقل في الصدر، الألم الصدري الحاد.
- النبض المعقود Knotted pulse أو غير المنتظم، الشعور بالانزعاج عند الاضطجاع.

الأعراض المرتبطة بالخط ذي الشُّحَّة الزائدة

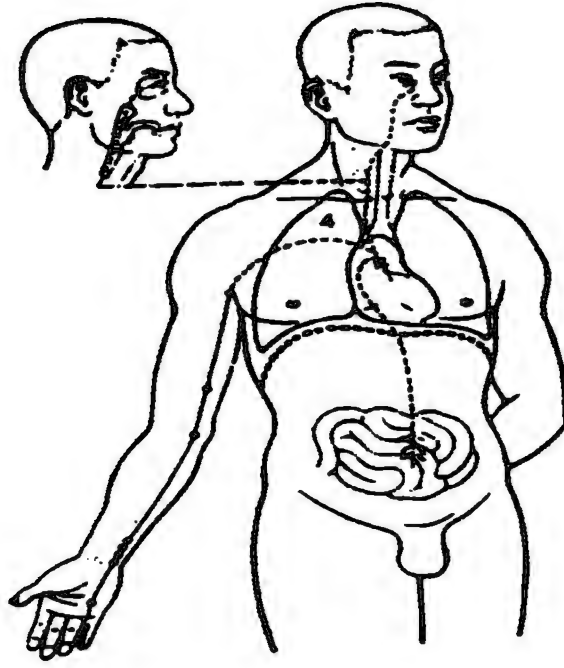
كثرة الكلام، جفاف الحلق، الشعور بثقل في الصدر.

الأعراض المرتبطة بالخط ذي الشُّحَّة المنخفضة

فرط التعب وخفقان القلب.

الأعراض الأرجية الحادة

- الألم: في العينين والكتفين والصدر، وعلى مسار خط القلب، وعلى امتداد الوجه الخلفي لأعلى الذراع، وعلى طول عظم لوح الكتف أو الجانب الإنسي من الساعد.



الشكل 10-5. قِصَّةُ الْقَلْبِ (Ht).

■ الخفقان، ضعف الدورة الدموية، الدُّوَام (الدوخة)، الحمَّى المعمَّمة، الصُّدَاع وجفاف الحلق.

■ سخونة أو إيَلام الكفين، برودة الكفين وأُخمص القدمين.

الأَعْرَاضُ الأَرَجِيَّةُ المَزْمَنَةُ

■ امتلاء الصدر وحسُّ الألم فيه، وفي الأضلاع أو ما تحت الأضلاع.

■ الاضطرابات الذهنية، العصبية، الانفعال الزائد، البذاءة أحياناً والهيجانية.

■ الدُّوَار Vertigo، الغثيان، الدوخة أو الشعور بالدوار.

■ ضيق التنفُّس، التعرُّق الزائد، الأرق، امتلاء (انتفاخ) الصدر، الخفقان، الشعور

بثقل في الصدر والألم الصدري الحاد وامتلاء الصدر.

■ النبض المعقود Knotted pulse أو غير المنتظم، الشُّعُور بالانزعاج عند الاضطجاع.

الأغراض المرتبطة بإخصار المستوى الانفعالي

الانفعالات الأساسية: الفرح JOY

الانفعالات المرتبطة (ذات الصلة): الشعور بالاستسلام، الضحك الغريب أو غير المنضبط، بذاءة الطبع، العدوانية، التهيج، الغضب، الخلق السيئ، السلوك القهري، الاكتئاب، الدوام (الدوخة) وتقلب المزاج، عدم القدرة على تكوين صداقات، عدم الثقة بأي شخص، اضطراب النوم بالأحلام، الشعور بالحزن بسبب انقطاع العلاقات، كثرة البكاء، التعبير الزائد عن الانفعالات، الفرح الزائد، كثرة الضحك، التملُّل، السُرور المفرط المخيف، الشعور بالإحباط، الشعور بالذنب، العدوانية، الاندفاع الزائد، الشعور بعدم الأمان، فقدان البصيرة، عدم التأثر، قلة الضحك، نقص الاستيعاب، مقابلة ومفارقة الأشياء الحديثة والقديمة، التحليط الذهني (المزاجية Phlegm)، ضباية الذهن، التملُّل الذهني كالشعور باغتيال القلب، الغثيان، الضحك العصبي، فرط الإثارة، القلق والحزن لفترة طويلة، الشعور بالغم لفترة طويلة، نزعة الخوف، السلوك الطائش، لامبالاة (Phlegm)، الاستياء، الحزن، الصدمة، كثرة الكلام، الشخصية من النمط A Type A personality ، عدم التحكم بالبكاء والضحك، عدم الشعور بالراحة، عدم الصَّفح عن الآخرين.

العضلات المرتبطة بخط القلب

العضلة تحت الكتف Subscapularis، العضلات البطنية Abdominalis، العضلة فوق الشوكية Supraspinatus.

الوقت المرتبط بخط القلب

من الساعة الحادية عشر وحتى الواحدة مساءً.

الاتصال السني لخط القلب

ترتبط العضلة تحت الكتف بالقواطع الوحشية.

التغذية الأساسية لخط القلب

الكالسيوم، الفيتامين C والفيتامين E، والمركب B.

قَنَاةُ (خَطُّ) الْمَعَى الدَّقِيقِ

SMALL INTESTINE CHANNEL (MERIDIAN)

تنشأ قَنَاةُ الْمَعَى الدَّقِيقِ عِنْدَ الْجَانِبِ الزُّنْدِيِّ لِنَهَايَةِ الْإِصْبَعِ الصَّغِيرِ، ثُمَّ تَسِيرُ عَلَى امْتِدَادِ الْجَانِبِ الزُّنْدِيِّ لِلْيَدِ حَتَّى الْوَصُولِ إِلَى الْمَعْصَمِ، لَتَنْبَثِقَ عِنْدَ النَّاتِيهِ الْإِبْرِيِّ لِعَظْمِ الزُّنْدِ؛ وَهَذَا تَسِيرٌ مُبَاشِرَةٌ بِاتِّجَاهِ الْأَعْلَى عَلَى امْتِدَادِ الْوَجْهِ الْخَلْفِيِّ لِعَظْمِ الزُّنْدِ، حَيْثُ تَمُرُّ بَيْنَ الرَّجِّ Olecranon وَاللُّقَيْمَةِ الْإِنْسِيَّةِ Medial epicondyle لِعَظْمِ الْعَضْدِ، وَذَلِكَ فِي الْجَانِبِ الْإِنْسِيِّ مِنَ الْمِرْفَقِ؛ ثُمَّ تَتَابَعُ مَسِيرَهَا عَلَى امْتِدَادِ الْحَافَةِ الْخَلْفِيَّةِ لِلْوَجْهِ الْوَحْشِيِّ مِنَ أَعْلَى الذَّرَاعِ، مُنْبَثِقَةً خَلْفَ مَفْصَلِ الْكَتِفِ وَمَحِيطَةً بِالْحَفْرَتَيْنِ الْعُلَوِيَّةِ وَالسُّفْلِيَّةِ لِعَظْمِ لَوْحِ الْكَتِفِ. وَعِنْدَ قِمَّةِ الْكَتِفِ، تَقْطَعُ الْقَنَاةُ قَنَاةَ الْمَثَانَةِ عِنْدَ نَقْطَتَيْ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ B 36 و B 11؛ كَمَا تَقْطَعُ الْقَنَاةُ الْحَاكِمَةَ Governing channel عِنْدَ نَقْطَةِ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ GV 14، حَيْثُ تَتَجَّهُ الْقَنَاةُ إِلَى الْأَسْفَلِ نَحْوَ الْحَفْرَةِ فَوْقَ التَّرْقُوَةِ لِتَتَّصِلَ بِالْقَلْبِ. وَهَذَا تَتَجَّهُ الْقَنَاةُ إِلَى الْأَسْفَلِ عَلَى طَوْلِ الْمَرِيِّ، وَتَقْطَعُ الْحِجَابَ الْحَاجِزَ حَتَّى تَصِلَ إِلَى الْمَعْدَةِ. وَقَبْلَ أَنْ تَصِلَ إِلَى الْعَضْوِ الْمُرَافِقِ لَهَا (الْمَعَى الدَّقِيقِ)، تَتَقَاطَعُ مَعَ قَنَاةِ أَوْعِيَةِ الْحَمَلِ، وَذَلِكَ بِشَكْلِ عَمِيقٍ جَدًّا عِنْدَ نَقْطَتَيْ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ CV 13 و CV 12.

وَيَتَجَّهُ فَرْعٌ مِنْ هَذِهِ الْقَنَاةِ إِلَى الْأَعْلَى مِنَ الْحَفْرَةِ فَوْقَ التَّرْقُوَةِ لِيُعْبِرَ الرِّقْبَةَ وَالْخَدَّ حَتَّى الْوَصُولِ إِلَى اللَّحَاطِ Canthus (الزَّوَايَةِ الْخَارِجِيَّةِ لِلْعَيْنِ)، حَيْثُ يَلْتَقِي هَذَا مَعَ قَنَاةِ الْمَرَارَةِ عِنْدَ نَقْطَةِ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ GB 1، ثُمَّ يَلْتَفُّ ذَلِكَ الْفَرْعُ نَحْوَ الْخَلْفِ عِبْرَ الصَّدْغِ لِيَدْخُلَ الْأُذْنَ عِنْدَ نَقْطَةِ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ SI 19. كَمَا يَنْفَصِلُ فَرْعٌ آخَرُ مِنَ الْفَرْعِ السَّابِقِ فِي الْخَدِّ لِيَصْعَدَ إِلَى الْمَنْطَقَةِ أَسْفَلَ الْحِجَاجِ حَتَّى الْوَصُولِ إِلَى الْمَوْقِ (الزَّوَايَةِ الْدَاخِلِيَّةِ لِلْعَيْنِ)، حَيْثُ يَلْتَقِي مَعَ قَنَاةِ الْمَثَانَةِ عِنْدَ نَقْطَةِ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ B1؛ ثُمَّ يَمْضِي بِشَكْلِ أَفْقِيٍّ حَتَّى يَصِلَ إِلَى الْمَنْطَقَةِ الْوُجْنِيَّةِ. كَمَا يَتَجَّهُ فَرْعٌ آخَرُ أَيْضًا إِلَى الْأَسْفَلِ نَحْوَ قَنَاةِ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ لِلْمَعْدَةِ St 39 (النَّقْطَةُ الْمُوَحَّدَةُ السُّفْلِيَّةُ لِلْمَعَى الدَّقِيقِ). هَذَا، وَتَرْتَبِطُ هَذِهِ الْقَنَاةُ بِالْمَعَى الدَّقِيقِ، كَمَا تَتَّصِلُ بِالْقَلْبِ بِالإِضَافَةِ إِلَى اتِّصَالِهَا بِالْمَعْدَةِ.

الأغراضُ المرتبطة بالمستوى البدني

الألم في الرقبة أو الخد، وعلى امتداد الجانب الوحشي للكتف وأعلى الذراع، الشعور بالخدر في الفم واللسان، ألم الحلق، وتيبس العنق.

الأغراضُ المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

التطبل أو الألم في أسفل البطن، انتشار الألم إلى الخصر أو الأعضاء التناسلية، الألم البطني المترافق مع جفاف البراز، (الإمساك) أو الإسهال.

الأغراضُ المرتبطة بالخطّ ذي الشحنة الزائدة

الحركات المعوية المزعجة، الألم في الرقبة والظهر والكتفين.

الأغراضُ المرتبطة بالخطّ ذي الشحنة المنخفضة

الغازات المعوية العديمة الرائحة، الصداع الأحادي الجانب، الألم حول الأذنين وتحت عظم الخد.

الأغراضُ الأرجية المزمنة

■ التطبل أو الألم في أسفل البطن، انتشار الألم إلى الخصر أو الأعضاء التناسلية.

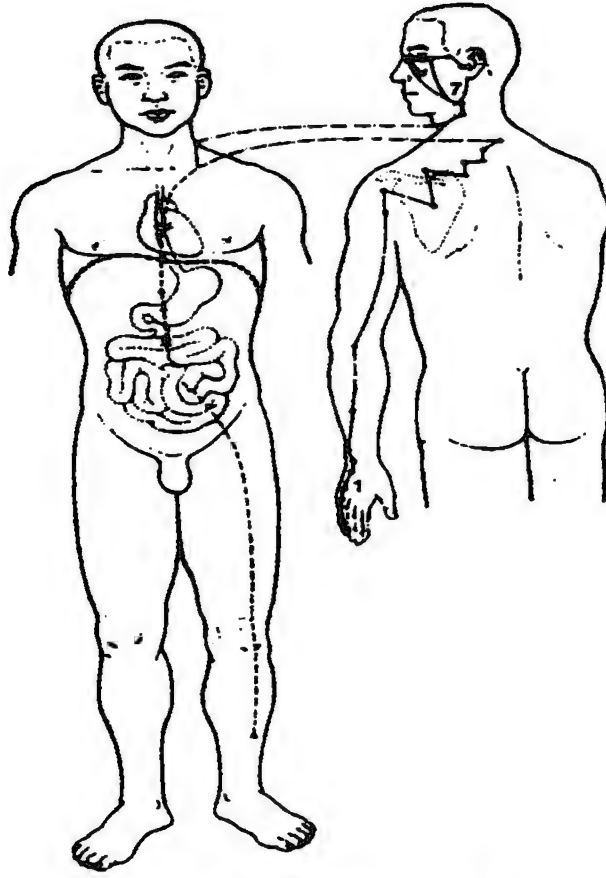
■ الألم البطني المترافق مع جفاف البراز، الإمساك والإسهال.

■ ألم الركبة والكتفين وتيبس الكتفين.

الأغراضُ المرتبطة بإحساس المستوى الانفعالي

الانفعال الأساسي: الشعور بعدم الأمان INSECURITY

الانفعالات المرتبطة (ذات الصلة): شُرد الذهن، الإغراق في الاهتمام بالتفاصيل، أحلام اليقظة، الانزعاج السريع، سهولة الإيذاء، تقلب المزاج، الشعور بالاستسلام أو الأحقية، الانطوائية، الهيجية، المرح، فقد الثقة، فرط الاستشارة، الزور (البارانويا Paranoia)، التلهف، ضعف التركيز، الحزن، الخجل، الأسى وكبت الأحزان العميقة.



الشكل 10-6. قناة المعى الدقيق (Si).

العَضَلَاتُ المرتبطة بالمعَى الدقيق

العَضَلَةُ الرباعِيَّةُ الرَّؤُوسِ Quadriceps، العَضَلَةُ المستقيمة البطنية Rectus abdominalis، العَضَلَةُ المستعرضة البطنية Transverse abdominalis.

الوَقْتُ المرتبط بالمعَى الدقيق

من الواحدة وحتى الثالثة مساءً.

الاتِّصَالُ السَّنِّيُّ للمعَى الدقيق

- ترتبطُ العَضَلَةُ الرباعية الرَّؤُوسِ بالرحى السفلية الأولى.
- ترتبطُ العَضَلَةُ المستقيمة البطنية بالرحى العلوية الأولى.

التغذية الأساسية للمغى النقي

المركب B، الفيتامين D والفيتامين E، اللين الرائب (الربادي) Acidophilus، الألياف، نَاش الحِنطة Wheat germ، الحبوب الكاملة.

قناة المثانة (خط) BLADDER CHANNEL (MERIDIAN)

تبدأ قناة المثانة عند نقطة الوخز الإبري للمثانة B1، وذلك عند الموق Inner canthus of the eye لنتجه إلى الأعلى عبر الجبين، وتتقاطع مع القناة الحاكمة عند نقطة الوخز الإبري GV 24 وقناة المرارة عند نقطة الوخز الإبري GB 20. وهنا يتجه فرع من القناة إلى الأسفل نحو المنطقة فوق الأذن ليرتبط بقناة المرارة عند نقاط الوخز الإبري GB 7 و GB 8 و GB 12 و... إلخ. ويدخل فرع عمودي الدماغ من قمة القحف ليتقاطع مع القناة الحاكمة عند نقطة الوخز الإبري GV 17، وذلك قبل أن ينبثق ويتجه إلى الأسفل على امتداد الجانب الخلفي من الرقبة والعضلات في الجانب الإنسي من لوح الكتف. وتلتقي قناة المثانة بقناة الأوعية الحاكمة عند نقطتي الوخز الإبري GV 14 و GV 13. وبعد ذلك، تتابع مسيرها إلى الأسفل بشكل مواز للعمود الفقري حتى تصل إلى المنطقة القطنية، حيث تدخل التجويف الباطن Internal cavity من خلال العضلات المجاورة للفقر Para vertebral muscles لتتصل بالكليتين وتنضم إلى العضو المرافق لها (المثانة) في نهاية المطاف. كما ينفصل فرع آخر في المنطقة القطنية، ويعبر الألتين Buttocks متجهاً نحو الأسفل حتى الحفرة المأبضية. وينفصل فرع آخر أيضاً من القناة الرئيسية في الجانب الخلفي من الرقبة ليتجه إلى الأسفل بشكل مواز للعمود الفقري، وذلك من الجانب الأيمن لعظم لوح الكتف وحتى المنطقة الألوية Gluteal region، حيث يقطع الألتين ليتقاطع مع قناة المرارة عند GB 30، ثم ينزل عبر الجانب الخلفي الوحشي من الفخذ ليرتبط مع فرع آخر من هذه القناة في الحفرة المأبضية، ويتابع سيره إلى الأسفل من خلال عضلة الساق.

وتنبثق هذه القناة خلف الكعب الخارجي External malleolus، ثم تتبع العظم المشطي الخامس Fifth metatarsal bone قاطعةً حذبه حتى تصل إلى الشفة

الوحشية من الإصبع الصغير عند نقطة الوخز الإبري B 67. وتتصل قناة المثانة خلف الركبة بنقطة الوخز الإبري الموحدة السفلية لها B 54. هذا وترتبط هذه القناة بالمثانة وتتصل بالكليتين، كما أنها تتصل مباشرة بالدماغ والقلب.

الأعراض المرتبطة بالمستوى البدني

- الألم: في المنطقة القطنية، وعلى امتداد الجانب الخلفي للساق والقدم، وعلى طول هذا الخط.
- تعاقب الارتعاد (التوافض) Chills والحمى، الصداع، احتقان الأنف، تيبس العنق، وأمراض العين.

الأعراض المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

الألم في أسفل البطن، سلس البول Enuresis، احتباس البول، التبول المؤلم، الاضطرابات العقلية.

الأعراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة الزائدة

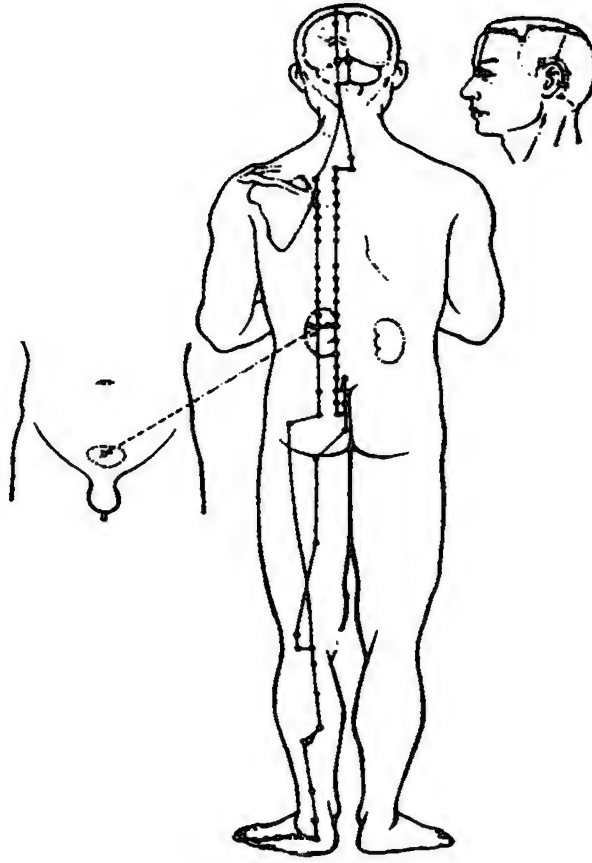
ألم أسفل الظهر المتردد مع التهاب الجذر في الأعصاب الشوكية Radiculitis، (ألم العصب الوركي Sciatic neuralgia).

الأعراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة المنخفضة

ألم الظهر العلوي والمتوسط، التبول المتكرر، البول في الفراش عند الأطفال، وسلس البول.

الأعراض الأرجية (التحسسية) الحادة

- التبول المتكرر والموالم والحارق، فقد التحكم بالمثانة، البول الملطخ بالدم.
- التوافض (حمى مترافقة مع رعدة) Chills، الحمى، الصداع (لا سيما في الجزء الخلفي من العنق)، تيبس العنق، احتقان الأنف، وأمراض العين.
- الألم: في أسفل الظهر، وعلى امتداد الجزء الخلفي من الساق والقدم، وعلى امتداد الخط، وفي الجزء الوحشي من الكاحل والجزء الوحشي من أخمص القدم، وفي الإصبع الصغير للقدم وخلف الركبة.



الشكل 10-7. قناة المثانة البولية (Ub)

- الألم والانزعاج في أسفل البطن، ألم العصب الوركي، التشنج خلف الركبة، تشنج عضلات الربلة Calf muscles، ضعف في المستقيم وعضلات المستقيم.

الأعراض الأرجية المزمنة

- التهاب مفاصل الإصبع الصغيرة، الألم والتيبس في الجزء العلوي من الظهر، الألم في الجزء الوحشي من الكاحل وفي أصابع اليدين والرجلين وفي الجزء الوحشي من أخمص القدم وخلف الركبتين، بالإضافة إلى ألم العصب الوركي.
- ضُمور العضلات، تشنج عضلات الربلة، التشنج على امتداد الجزء الخلفي للفخذ والركبة والساق على طول الخط.

- الألم في أسفل البطن، سلس البول، احتباس البول، التبول الحارق، البول الملطخ بالدم، التبول المؤلم، عدوى المثانة المتكررة، الاضطرابات العقلية، والحمى.
- الصُّداع المزمن في الجزء الخلفي من الرقبة والألم في الموق.

الأعراض المرتبطة بإخضرار المستوى الانفعالي

الانفعال الأساسي: الخوف FRIGHT

الانفعالات المرتبطة (ذات الصلة): الانزعاج، اضطراب الأفكار، الخوف، الاغيار، الهوجية العالية، استمرارية الحزن، قلة الصبر، الأفكار المشوشة، عدم الكفاءة، عدم الشعور بالأمن، الكره، التملُّل، الجُن، عدم القدرة على التخلص من الذكريات الماضية غير المرغوب فيها، وفقدان السعادة.

العَضَلَاتُ المرتبطة بخطَّ المثانة

العَضَلَاتُ الشَّظَوِيَّةُ، العَضَلَاتُ العَجْزِيَّةُ الشَّوْكِيَّةُ، العَضَلَتَانِ الظَّنْبَوِيَّتَانِ الأمامية والخلفية.

الوقتُ المرتبط بخطَّ المثانة

من الثالثة وحتى الخامسة مساءً.

الاتِّصَالُ السَّنِي لخطَّ المثانة

الرَّحَى السفلية الثانية.

التغذيةُ المرافقة لخطَّ المثانة

الفيتامينات E و A و C، المركَّب B، B1، الكالسيوم، المعادن بكميات قليلة.

قَنَاةُ (خَطُّ) الكَلِيَّةِ (KIDNEY CHANNEL (MERIDIAN))

تَبْدَأُ هذه القَنَاةُ تحت إبهام القدم عابرةً أحمصَ القدم لتنبثق عندَ نقطةِ الوَخَزِ الإبري K2 في الجانب السفلي من الأُخْدَوْبَةِ الزَّوْرَقِيَّةِ Navicular tuberosity عند عرش القدم⁽¹⁾ Instep؛ وهنا تتابع القَنَاةُ مسيرَها إلى الخلف من الكعب الإنسي

(1) ظهر قَوْس القدم.

لتدخل العقبَ متابعاً مسيرها على امتداد الجانب الإنسي لأسفل الساق، حيث تتقاطع مع قناة الطحال عند نقطة الوَخز الإبري 6 SP. وتستمر القناة في مسيرها نحو الأعلى ضمن عضلة الساق، حيث تحتاز الجانب الإنسي للحفرة المأبضية إلى الجانب الخلفي للفخذ حتى تصل إلى قاعدة العمود الفقري، حيث تتقاطع مع قناة الأوعية الحاكمة عند نقطة الوَخز الإبري 1 GV؛ وهنا تشق القناة طريقها بحذر تحت العمود الفقري لتدخل العضو المرافق، وهو الكلتيان، وتتصل بالثانة. ويُذكر أن هذه القناة تتقاطع مع قناة أوعية الحمل عند نقطتي الوَخز الإبري 4 CV و 3 CV. هذا، ويخرج مباشرة من الكلية فرغاً ليعبر الكبد والحجاب الحاجز ويدخل الرئتين، ثم يتابع مسيره حتى الحلق وحتى يصل إلى جذر اللسان. كما يفصل فرغ آخر في الرئتين ليتصل بالقلب، ويتشقت في الصدر. ومن الجدير بالذكر أن هذه القناة ترتبط بالكلية، وتتصل بالثانة، كما أنها تتصل مباشرة بالكبد والرئتين والقلب وأعضاء أخرى.

الأغراض المرتبطة بإحصار المستوى البدني

الألم: على امتداد الفقرات السفلية، وفي أسفل الظهر، وأخص القدم، وعلى امتداد الوجه الخلفي للساق أو الفخذ، وعلى طول الخط، بالإضافة إلى الإضعاف الحركي أو الضمور العضلي للقدم وبرودة الأقدام وجفاف الفم والتهاب الحلق.

الأغراض المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

الدوار، وذمة الوجه، تغييم الرؤية، الهيجية؛ رخاوة البراز، الإسهال المزمن أو الإمساك، انتفاخ البطن، القيء، العنانة.

الأغراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة الزائدة

الطاقة العالية، التحمل العالي، الكفاءة العالية لجهاز المناعة، الشهية الجيدة، الخصوبة العالية.

الأغراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة المنخفضة

الجبن، انخفاض الخصوبة، فقد الشجاعة، وانعدام الثقة بالنفس Self-assurance والرغبة الجنسية.

الأعراضُ الأرجيةُ الحادةُ

- الألم: على امتداد الفقرات السفلية، وفي أسفل الظهر، وأخصص القدم، وعلى امتداد الوجه الخلفي للساق أو الفخذ وعلى طول الخط.
- برودة الظهر والقدمين، تشنُّج الكاحلين والقدمين وتورُّم الساقين.
- انتفاخ العينين، ظهور الكيسات والهلالات السوداء تحت العينين.
- الإضعاف الحركي أو ضُمور عضلات القدمين، جفاف الفم، التهاب الحلق، الألم في أخصص القدمين وفي الوجه الخلفي للساق أو الفخذ.
- ألم وطنين الأذنين، الدوخة والغثيان.
- نوبات الربو المتردِّدة والخفيفة، التعب، زيادة النوم والإلعاب Salivation.
- التبول المؤلم والحارق والمتكرِّر.

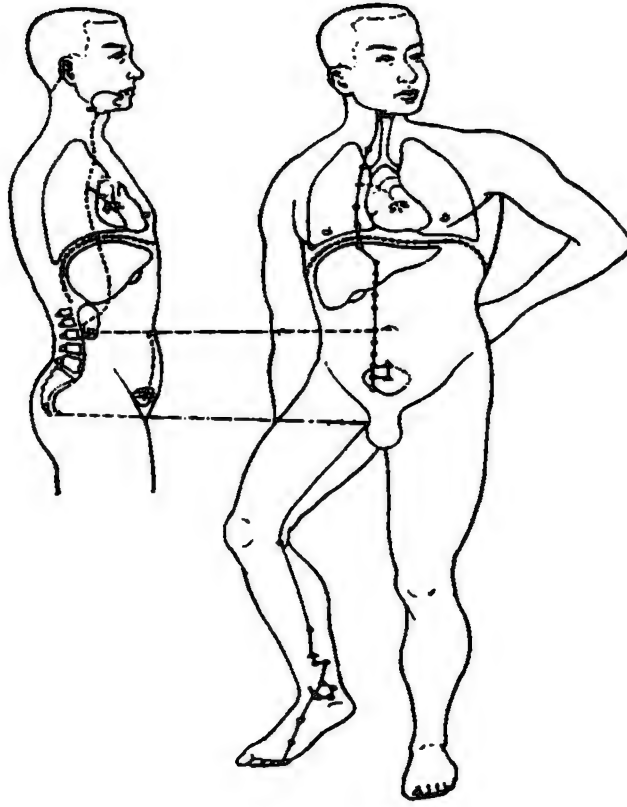
الأعراضُ الأرجيةُ المزمنةُ

- الحمى، الحمى المترافقة مع نوافض، الهيجية، الدُّوار، وذمة الوجه، تغيُّم الرؤية، طنين الأذنين، تشنُّج الكاحلين والقدمين، تورُّم الساقين والكاحلين.
- رخاوة البراز، الإسهال المزمن، الإمساك، تطبُّل البطن، القيء، التعب، جفاف الفم، العطش الشديد، ضعف الشهية، وضعف الذاكرة.
- ألم أسفل الظهر، فقد التركيز، ضعف الذاكرة، والعنانة.
- الألم: على امتداد الفقرات السفلية، وفي أسفل الظهر، وأخصص القدم، وعلى امتداد الوجه الخلفي للساق والفخذ، وعلى طول الخط.

الأعراضُ المرتبطةُ بإحصار المستوى الانفعالي

الانفعالُ الأساسي: الذعر FEAR

الانفعالاتُ المرتبطة: الكرب، القلق، ضعف الذاكرة، الارتياح والحذر، التخلُّط الذهني، القنوط، سهولة الاستثارة، الخوف، الإحباط، نفاد الصبر، عدم القدرة على اتخاذ القرار، التَّوَام، التَّمَلُّمُ الذهني، الحزن العميق والمستمر، التأويل، الرغبة، طلب الرعاية، التردد الجنسي، الصدمة، الميل إلى التَّوَم، الذعر، عدم القدرة على التعبير عن المشاعر.



الشكل 8-10. قناة الكلية (Kid).

العَضَلَاتُ المرتبطة بخط الكليتين

العَضلة القطنية Psoas، العَضلة شبه المنحرفة العلوية Upper trapezius،
والعَضلة الحرقفية Iliacus.

الوقتُ المرتبط بخط الكليتين

من الخامسة وحتى السابعة مساءً.

الاتِّصَالُ السَّنِّيُّ لخط الكليتين

الرحى السُّفْلِيَّةُ الثالثة.

التغذية المرتبطة بخط الكليتين

الفيتامينات A و B و E، الحموض الدهنية الأساسية، الكالسيوم، والحديد.

قناة (خط) التأمور

PERICARDIUM CHANNEL (MERIDIAN)

تبدأ هذه القناة في الصدر، حيث ترتبط بالعضو المرافق لها (التأمور Pericardium)، ثم تنحدر إلى الأسفل عبر الحجاب الحاجز والبطن لترتبط على التّعاقب بالمدفئات أو المسخّنات Warmers العلوية والسفلية والمتوسطة للعضو الثلاثي التدفئة أو التسخين Triple warmer organ.

ويخرج فرع من القناة الرئيسية ليسر على امتداد الصدر، وينشق بشكل سطحي في المنطقة الضلعية عند نقطة الوخز الإبري لقناة التأمور (النقطة 1) التي تقع أسفل الطية الإبطية الأمامية Anterior axillary fold بثلاث وحدات، صاعداً إلى الوجه السفلي للإبط. وهنا يسر الفرع باتجاه الأسفل على امتداد الجانب الإنسي لأعلى الذراع، وذلك بين مساري قناتي الرئتين والقلب حتى الوصول إلى الحفرة أمام المرفق، ليتابع مسره إلى الأسفل في الساعد بين وتري العضلتين الراحية الطويلة Palmaris longus وقابضة (مثنية) الرسغ الكعبرية Flexor carpi radialis. ولدى دخوله راحة اليد، يسلك هذا الفرع الجانب الزندي للإصبع الوسطى حتى يصل إلى نهاية الإصبع.

كما ينفصل فرع آخر في راحة اليد ليتابع مسره على امتداد الجانب الوحشي للإصبع الرابعة حتى الوصول إلى نهاية هذه الإصبع. هذا، وترتبط هذه القناة بالتأمور وبالعضو الثلاثي التدفئة Triple warmer organ.

الأعراض المرتبطة بإحصار المستوى البدني

- تيبس العنق، تشنج الذراع أو الساق، تورّد (احمرار) الوجه، ألم العينين، تورّم المنطقة تحت الإبطية.
- تشنج وتقفّع Contracture في المرفق والذراع، تقيّد الحركات، سخونة الكفين، الألم على امتداد القناة.

الأعراض المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

- اضطراب الكلام، الإغماء Fainting، التهيّج، امتلاء الصدر، الخفقان، ألم الصدر.

■ الاضطرابات الذهنيّة، الشّعور بثقل الصدر، لا سيّما في الجانب الأيسر، اضطراب حركة اللسان، الشّعور بثقل الصّدر بسبب التغيّرات الانفعالية الزائدة.

الأعراض المرتبطة بالخطّ ذي الشُعنة الزائدة

الصداع الكليل، الشّعور بثقل الرأس، الألم في أعلى البطن، اضطراب التّوّم بالأحلام.

الأعراض المرتبطة بالخطّ ذي الشُعنة المنخفضة

الرّهاب Phobia، الخوف من المرتفعات (رهاب الميادين Agoraphobia)، الخوف من الازدحام، الخوف من الأماكن المُغلّقة (رهاب الأماكن المغلقة Claustrophobia) الأرق، السّير في أثناء النوم Somnambulism، الأفكار المستمرة، والتّململ الذهني.

الأعراض الأرجية الحادة

- تيبّس العنق، تشنّج الذراعين والساقين والمرفقين، تجمّد الكتفين (الكشف المتجمّدة)، تقيّد الحركات، سخونة الكتفين، الألم على امتداد القناة.
- اضطراب الكلام، ثوب الغشي، تبيّغ أو احمرار الوجه، التّهيج، امتلاء الصدر، الشّعور بثقل في الصدر، تشوش الكلام Slurred speech.
- الإحساس بالحرارة أو البرودة، الغثيان، العصبية، ألم العينين، تورّم المنطقة تحت الإبطية.

الأعراض الأرجية المزمنة

- تقفّع الذراعين والمرفقين، ألم العصب الوركي Sciatic neuralgia، الألم في الجزءين الأمامي من الفخذ والإنسي من الركبة.
- اضطراب حركة اللسان، الخفقان، ألم الصدر، الشّعور بثقل في الصدر بسبب الانفعالات الزائدة.
- التّهيج، فرط الشهية، امتلاء الصدر، اضطراب توازن السكر Sugar imbalance.

الأعراض المرتبطة بإخضرار المستوى الانفعالي

الانفعال الأساسي: الإيذاء Hurt و/أو الفرح الزائد Extreme joy

الانفعالات المرتبطة: الهياج، القلق، الحُبسة⁽¹⁾ Aphasia، أحلام اليقظة، الهذيان Delirium، والاستنزاف، صعوبة المحافظة على العلاقات، الخوف من المرتفعات والعديد من أشكال الرُّهاب، التَّمَلُّل، السَّماحة والسَّخاء، السَّعادة، الشُّعور بثقل الرأس، إيذاء الأشخاص، فَقْد التوازن في الطاقة الجنسية، الحسد، الابتهاج، فقد الشجاعة، عدم الانفعال، فَقْد الشُّعور بالدفء، الضحك بشكل غير مضبوط، التَّوَم الخفيف المصحوب بالأحلام، السُّلوك الهوسي Manic behavior، الاضطرابات الهوسية، التَّحليل الذهني، فَقْد الراحة الذهنية، عدم الحصول على الإشباع الجنسي الكافي أو فقد الرغبة الجنسية بشكل كلي، فقد الإحساس والتفكير، فَرَط الاستثارة، الشُّعور بالأسف، الندم، فقر الدم الشديد الذي قد يؤدي إلى الخوف، البرودة الجنسية، الإحباط الجنسي، العناد، الصراخ، ضعف الذاكرة، قَلَّة الكلام، الشُّعور بالكبت، الكلام المستمر، عدم القدرة على ضبط الانفعالات، عدم الشُّعور بالراحة أو السَّعادة، واللامبالاة.

العضلات المرتبطة بخطِّ التأمور

العضلة الأليوية المتوسطة Gluteus medius، العضلات المقرَّبة Adductors، الكُمثرية Piriformis، الأليوية الكبرى Gluteus maximus.

الوقت المرتبط بخطِّ التأمور

من السَّاعة السابعة وحتى التاسعة مساءً.

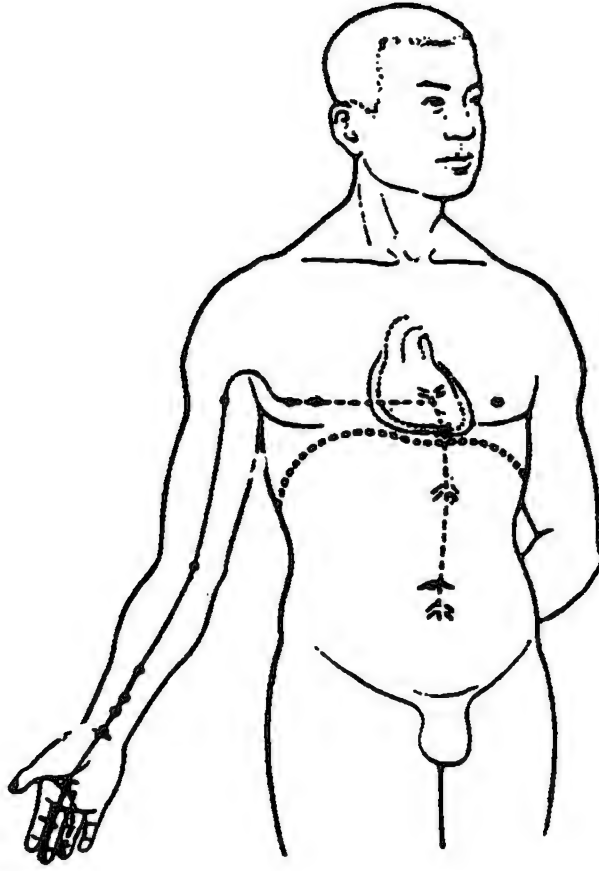
الاتصال السنِّي لخطِّ التأمور

- ترتبط العضلة الأليوية الكبرى بالنابيين السفليين.
- ترتبط العضلة الأليوية المتوسطة بالقواطع السفلية المتوسطة.
- ترتبط العضلة الكُمثرية والعضلات المقرَّبة بالقواطع السفلية الوحشية.

التغذية الأساسية لخطِّ التأمور

الفيتامين E والفيتامين C، الكروم، المعادن الزَّهيدة.

(1) اضطرابٌ أو خَلَلٌ إنتاج الكلمات، وللحُبسة أشكالٌ متعدِّدة (المترجم).



الشكل 9-10. قناة التأمور (Pc)

قناة (خط) التدفئة الثلاثية

TRIPLE WARMER CHANNEL (MERIDIAN)

تُسمَّى هذه القناة أيضاً بالقناة الثلاثية الحرق Triple burner channel أو قناة سان جياو San Jiao. هذا، وتبدأ هذه القناة في الجانب الإنسي للإصبع الرابعة، حيث تتجه إلى الأعلى بين العظمين السنَّيين Metacarpal bones الرابع والخامس في السوَّجَّه الظهري للمعصم؛ ثم تمرُّ خلال الساعد بين عَظْمَي الزند والكعبرة، وتستمرُّ في مسيرها نحو الأعلى عبر الزُجَّ والجانب الوحشي لأعلى الذراع حتى تصل إلى الكتفين؛ ثم تقاطع مع قناة المعى الدقيق عند نقطة الوخز الإبري SI 12،

وتلتقي مع قناة الأوعية الحاكمة أو المهيمنة عند نقطة الوخز الإبري 14 GV، وذلك قبل أن تأخذ مسارها خلف الكتفين؛ ثم تتقاطع مع قناة المرارة عند نقطة الوخز الإبري 21 GB، حيث تدخل هنا الحفرة فوق الترقوة، وتمضي نحو منتصف الصدر عند نقطة قناة أوعية الحمل، ثم تصعد لتنبثق بشكل سطحي من الحفرة فوق الترقوة، وتتابع سيرها باتجاه الأعلى خلف الأذنين متقاطعة مع قناة المرارة عند النقطتين 6 GB و 4 GB، وذلك في الجبين قبل أن تلتف حول الخدين وتصل إلى أسفل العينين، وتتقاطع مع قناة المعى الدقيق عند نقطة الوخز الإبري 18 SI. وينفصل فرع آخر من القناة خلف صيوان الأذن داخلاً إليها، ثم يزرع أمام الأذن ليتقاطع مع قناة المعى الدقيق عند نقطة الوخز الإبري 19 SI؛ ويعبر أمام قناة المرارة عند النقطة 3 GB. ومن خلال الخد، ينتهي عند اللحظ في نقطة قناة المرارة 23 GB. هذا، وترتبط القناة الثلاثية التدفئة مع قناة المثانة السفلية الموحدة 53 B. ويزع هذا الفرع من القناة الثلاثية التدفئة من قناة المثانة 53 B، ويتبع مسير قناة المثانة ليرتبط مع المثانة. وترتبط هذه القناة بالمدفئ الثلاثي والتأمور.

الأغراض المرتبطة بالمستوى البدني

- الألم في الخدين والفكين، وخلف الأذن، وعلى امتداد الوجه الوحشي للكتفين وأعلى الذراعين، وعلى امتداد القناة.
- التهاب وتورم في الحلق، احمرار العينين، والصمم Deafness.

الأغراض المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

- تطبّل البطن، امتلاء أسفل البطن وصلابته، سلس البول، كثرة التبول، والوذمة.
- عسر التبول Dysuria، فرط العطش والجوع، والدوار.

الأغراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة الزائدة

فقد السمع، طنين الأذنين، الخدر في الجانب الوحشي للمساعد، الشعور بالثقل أو الشد عند المرفق.

الأعراضُ المرتبطة بالخطُّ ذي الشُعْة المنخفضة

الإحساس بالبرودة في كافة أنحاء الجسم، برودة أطراف أصابع القدمين واليدين بشكل كبير؛ بل ربما يصبحُ لونُها أزرقَ (متلازمة رينو Raynaud's syndrome).

الأعراضُ الأرجية الحادة

الألم: في الخدَّين والفكين وخلف الأذنين، وعلى امتداد الجانب الوحشي للكُتفين وفي أعلى الذراعين، وعلى امتداد القناة؛ الجوع الشَّدِيد، احمرار العينين، الصَّم، التهاب وتورُّم في الحلق.

الأعراضُ الأرجية المزمنة

- ألم وتطبُّل في البطن، امتلاء وصلابة في أسفل البطن، سلس البول، كثرة التبول، والوذمة.
- عسر التبول، فرط العطش والجوع، الشُّعور الدائم بالجوع وحتى بعد الأكل، الدُّوار، عسر الهضم، والإمساك.
- الألم في الجانب الإنسي من الركبتين، ألم الكتفين، الحمى في وقت متأخَّر من المساء.

الأعراضُ المرتبطة بإحْصار المستوى الانفعالي

الانفعالُ الأساسي: اليأس Hopelessness

الانفعالات المرتبطة: الاكتئاب، الشُّعور بالحرمان، اليأس، الانفعال الزائد، الشُّعور بالفراغ، الغم، والرُّهاب.

العَضَلاتُ المرتبطة بالخطُّ الثلاثي التدفئة

العَضَلَةُ المَدَوَّرَةُ الصَّغِيرَةُ Teres minor، العَضلة الخياطية Sartorius، العَضلة الناحلة Gracilis، العَضلة التَّعلية Soleus، عَضلة السَّاق Gastrocnemius.

الوقتُ المرتبط بالخطُّ الثلاثي التدفئة

من السَّاعة التاسعة إلى الحادية عشر مساءً.

الاتِّصالُ السنِّي للخطُّ الثلاثي التدفئة

الرَّحَى السُّفْلِيَّة الأولى.

التَّغْذِيَةُ الأساسية للخطِّ الثلاثي التدفئة

اليُود، المعادن الرَّهيدة Trace minerals، الفيتامين C، الكالسيوم، الفلوريد، والماء.

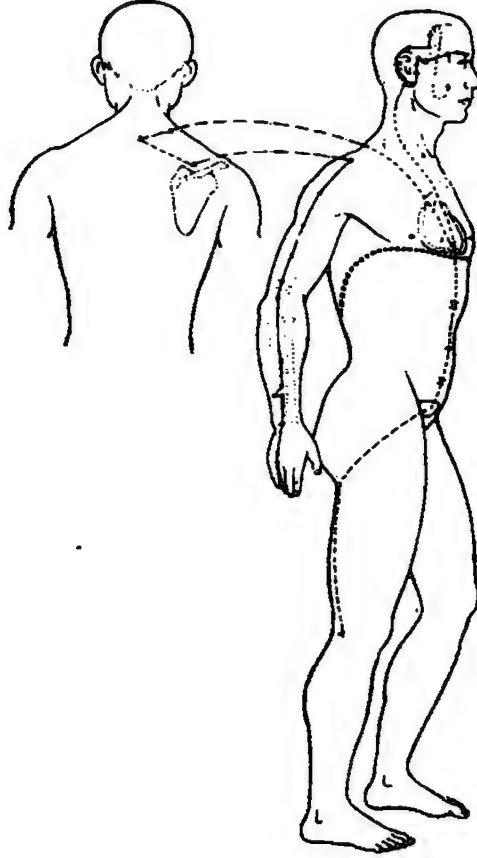
قَنَاةُ المَرارة (خَطُّ) المَرارة

GALL BLADDER CHANNEL (MERIDIAN)

تسبداً قَنَاةُ المَرارة عندَ الزاوية الخارجية للعين، ثم تقطع الصدغ Temple حتى تصل إلى نقطة الوَخَز الإبري لقناة المَرارة GB 22؛ ثم تتجه نحو الأعلى باتجاه زاوية الجبهة حيث تتقاطع مع نقطة المعدة S 8، وذلك قبل أن تأخذ مسارها نزولاً خلف الأذن؛ وهنا تتابع القناة مسارها على امتداد الرِّقبة أمام القناة الثلاثية التدفئة لتقطع قَنَاة المَعَى الدَّقِيق عند النقطة SI 17، ثم تتجه إلى الوراء عند قَمَّة الكتف لتسلك طريقها خلف القناة الثلاثية التدفئة، وتتقاطع مع قناة الأوعية الحاكمة عند النقطة GV 14 في العمود الفقري. وفي نهاية المطاف، تتجه القناة نحو الأسفل نحو الحفرة فوق الترقوة.

ويَنبَثِقُ فَرْعٌ من القناة الرئيسية خلف الصيوان ليدخل الأذن عند نقطة الوَخَز الإبري للمَرارة GB 17، ويتقاطع هذا الفرع مع قناة المَعَى الدَّقِيق عند النقطة SI 19 ومع قناة المعدة عند النقطة S 7، وذلك قبل أن ينهي مساره عند الزاوية الخارجية للعين. كما ينفصل فَرْعٌ آخر عند الزاوية الخارجية للعين ليسلك طريقه نحو الأسفل باتجاه نقطة المعدة S 5 في الفك؛ ثم يقطع القناة الثلاثية التدفئة، ويعاود المسير نحو الأعلى نحو المنطقة تحت الحجاج قبل أن يعود نزولاً إلى الرِّقبة مرةً أخرى، حيث ينضمُّ إلى القناة الرئيسية في الحفرة فوق الترقوة؛ وهنا يعود هذا الفرع إلى التزول إلى الصدر ليقطع الحجاب الحاجز ويتصل بالكبد قبل أن يرتبط بالعضو المرافق له (المَرارة)؛ ثم يستمرُّ هذا الفرع على امتداد الحواف الداخلية للأضلاع لينبثق في المنطقة الأربية في أسفل البطن، ويلتف حول الأعضاء التناسلية، ويعاود البروز مرةً أخرى في منطقة الورك عند نقطة الوَخَز الإبري للمَرارة Gb 30.

هذا، ويوجدُ قَرْعٌ آخر عمودي المسار يَتَّجِهُ نحوَ الأسفل من الحفرة فوق الترقوة إلى الإبط والجانب الوحشي من الصدر. ويعبرُ هذا الفرعُ الأضلاعَ ليتقاطع مع قناة الكبد عند النقطة Liv 13 قبل أن يلتفَّ إلى الوراء نحو المنطقة العجزية، حيث يقطع قناة المثانة عند النقاط B 31 وحتى B 34؛ ثم يتجه هذا الفرعُ نزولاً نحو مفصل الورك، ويستمر في مساره نحو الأسفل في الجزء الوحشي من الفخذ والركبة. ويستمرُّ في مساره على امتداد الجانب الأمامي من عظم الشظية حتى نهاية أسفل ذلك العظم؛ وهنا يعبرُ أمامَ الكعب الوحشي ويخترق الجانب الظهري من القدم ليدخل بين المشطين الرابع والخامس قبل أن ينتهي به المطافُ في الجانب الوحشي من قَمَّةِ إصبع القدم الرابعة أو عند نقطة المرارة GB 44.



الشكل 10-10. قناة التَّنْفَةِ الثَّلَاثِيَّة، سان جياو

وأخيراً، هناك فَرْعٌ آخرٌ يَنْفَصِلُ على الْوَجْهِ الظَّهْرِيَّ للقدم عندَ نقطة المِرَارَةِ GB 41 ليسير بين المشطين الأول والثاني حتى الوصول إلى قَمَّةِ الحَافَةِ الْإِنْسِيَةِ لِإِبْهَامِ الْقَدَمِ، حيثُ يَمُرُّ تَحْتَ ظِفْرِ الْإِبْهَامِ ليرتبط بقناة الكبد عند النقطة GB 34. هذا، وترتبطُ هذه القناةُ بِالْمِرَارَةِ، كما تتصل بالكَبِدِ وَالْقَلْبِ بِشَكْلِ مُبَاشِرٍ.

الأغراضُ المرتبطة بالمستوى البدني

- تعاقب الحمى والارتعاد (التوافض)، الصُّدَاعُ، السَّخْنَاءُ الرِمَادِيَّةُ Ashen complexion، ألم العينين والفكين، تورُّم المنطقة تحت الإبط، الخنازيرية (تورُّم التهابي سُليّ المنشأ) Scrofula، والصَّمَم.
- الألم: على طول القناة في الناحية الوركية أو الساق أو القدم، وعلى طول القناة.
- الرُّعَاشُ أو النفضان في جميع أو بعض أجزاء الجسم.

الأغراضُ المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

- القَيْءُ والإحساس بالطعم المرِّ في الفم.
- الألم: في الصِّدْرِ والأضلاع والمفاصل.

الأغراضُ المرتبطة بالخطَّ ذي الشُّحْنَةِ الزَّاكِدَةِ

الإحساس بالثقل في الرأس وأعلى البطن، الألم في أعلى البطن والمعص على امتداد الجدار الأمامي الوحشي للبطن.

الأغراضُ المرتبطة بالخطَّ ذي الشُّحْنَةِ الْمُنْخَفِضَةِ

يَكُونُ الشَّخْصُ فِي حَالَةِ حُمَاضٍ Acidosis، فهو يَتَنَهَّدُ ويعاني من الدوخة، ويشعر بالبرد وبالذُّوَام (خَفَّةُ الرَّأْسِ)، ويميل إلى التعرُّ والزلزل.

الأغراضُ الْحَادَّةُ

- تعاقب الحمى والارتعاد (التوافض)، الصُّدَاعُ، الرعاش والنفضان في جميع أجزاء الجسم.
- السَّخْنَاءُ الرِمَادِيَّةُ، تورُّم المنطقة تحت الإبط، الخنازيرية (تورُّم التهابي سُليّ المنشأ) Scrofula، والصَّمَم.

■ الشّعور بالثقل في الجزء العلوي الأيمن من البطن، التنهّد، الدوخة، الارتعاد، الحمّى، السّخّاء الصفراء.

■ الألم: على امتداد قناة المرارة وفي الوركين والسّاقين والقدمين والعينين والفكين، بالإضافة إلى المعص على امتداد الجدار الأمامي الوحشي.

الأغراضُ المزمنة

■ الألم: في المناطق الوريّة، وفي الجانب الأيمن من البطن والصدر، وعلى امتداد القناة، بالإضافة إلى التهاب المفاصل المتنقل.

■ القيء، الشّعور بطعم مرّ في الفم، اضطراب هضم الدهون، الغثيان بسبب الأطعمة المقلية.

الأغراضُ المرتبطة بإخصار المستوى الانفعالي

الانفعالُ الأساسي: الاستِشّاطة Rage

الانفعالات المرتبطة: العدوانية، الإصرار، إنكار الاستحقاقات، الاكتئاب، سهولة التّرويع، كبت الانفعالات، عدم القدرة على اتّخاذ القرارات، اللامعقوليّة، فقد الثقة والشجاعة والمبادرة، استمرار الغضب المتراكم، الاستِشّاطة (الغضب، الإحباط، تنالي الامتعاض)، الاستياء، الصّراخ، التنهّد، العصبيّة، العناد، التحدّث بصوت مرتفع، الجبن، عدم القدرة على اتّخاذ القرارات.

العضلاتُ المرتبطة بخطّ المرارة

الجزء الأمامي من العضلة الدالية Deltoid والعضلة المأبضية Popliteus.

الوقتُ المرتبط بخطّ المرارة

من السّاعة الحادية عشر مساءً وحتى الساعة الواحدة صباحاً.

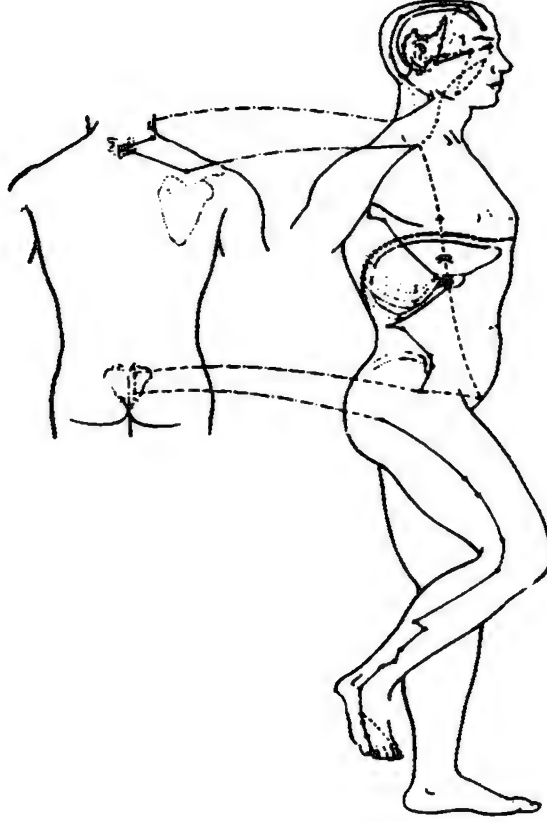
الاتّصالُ السنّي لخطّ المرارة

■ ترتبطُ العضلةُ المأبضية بالضاحك العلوي الأول.

■ ترتبطُ العضلةُ الدالية بالنايين العلويين.

التَغْذِيَةُ الأساسية لخط المرارة

الفيتامين A، الكالسيوم، حمض اللينولييك Linoleic acid وحمض الأوليك Oleic acid (مثل حَبَّات الصنوبر).



الشكل 10-11. قناة المرارة

قناة (خط) الكبد

THE LIVER CHANNEL (MERIDIAN)

تبدأ قناة الكبد في الجانب الظهري لإمام القدم، وتستمر في مسيرها عبر القدم حتى تصل إلى نقطة تقع أمام الكعب الإنسي وتستمر في مسيرها نحو الأعلى حتى نقطة الوخز الإبري للطحال Sp 6، حيث تقاطع هناك مع قناة الطحال، وتتجه بعد ذلك إلى الجانب الإنسي للجزء السفلي من الساق لتقاطع مرة أخرى مع قناة الطحال فوق

تُكعب الإنسي شماني وحدات؛ ثم تسيرُ خلفَ تلك القناة في منطقة الركبة والفخذ، ثم تلتفُ القناة حول الأعضاء التناسلية، وتدخل الجزء السفلي من البطن، حيث تلتقي بقناة أوعية الحمل عند النقاط CV 2 و CV 3 و CV 4 قبل أن تمرَّ بحافة المعدة وترتبط بالعضو المرافق لها (الكبد) وتتصل بالمرارة؛ ثم تستمرُ القناة في مسيرها نحو الأعلى عبر الحجاب الحاجز والمنطقة الضلعية وتنفذ من خلال البلعوم الأنفي لترتبط بالنسج المحيطة بالعين. وفي نهاية المطاف، تصعد القناة نحو الجبين، وتلتقي بقناة الأوعية الحاكمة عند قمة الرأس. هذا، وينفصل فرعٌ من هذه القناة أسفل العين مُطَوِّقاً القسم الداخلي للشفيتين؛ كما ينفصل فرعٌ آخر في الكبد عابراً الحجاب الحاجز حتى يصل إلى الرئتين. هذا، وترتبط هذه القناة بالكبد وتتصل بالمرارة، كما تتصل بشكل مباشر بالرئتين والمعدة والكليتين والدماغ وأعضاء أخرى.

الأعراض المرتبطة بالمستوى البدني

الصداع، الدوار، تغيُّم الرؤية، الطنين Tinnitus، الحمى، تشنُّج الأطراف، الألم على امتداد القناة.

الأعراض المرتبطة بالمستوى الفيزيولوجي

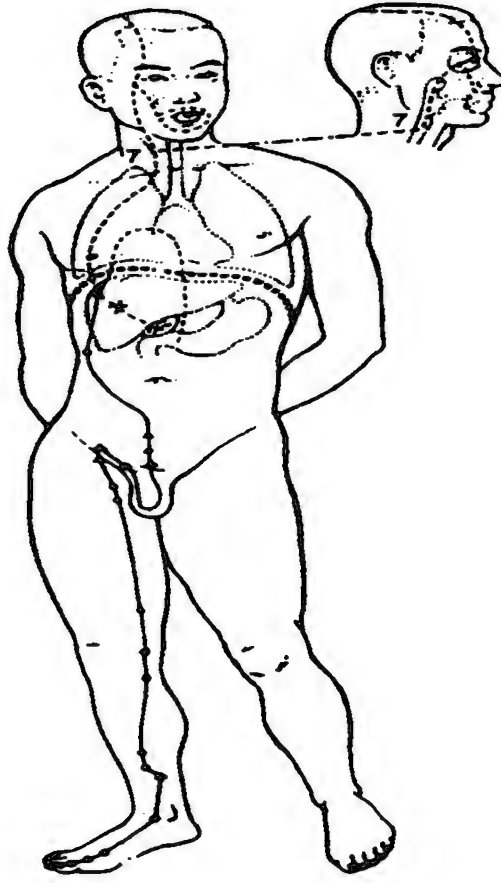
■ الألم في المنطقة الضلعية والصَّدر، ظهور كتلة صلبة في أعلى البطن، الألم البطني، القَيْء، اليرقان Jaundice، رخاوة البراز، الألم في أسفل البطن، حدوث الفتق Hernia.

■ سلس البول، احتباس البول، قَتَامَة لون البول.

■ الدَّوام (الدوخة)، الحالات الشَّبيهة بالسَّكْتَة Stroke، عدم انتظام الحيض، المتلازمة السَّابِقَة للحيض Premenstrual syndrome، اضطرابات الأعضاء التناسلية، التَّرَفُّ الغَزير ذو اللون الأحمر القاني في أثناء الحيض.

الأعراض المرتبطة بالخطَّ ذي الشُّحْنَة الزائدة

الاستثارة، البُكاء على أشياء بسيطة، البدء بعدَّة مشاريع في الوقت نفسه، الاتجاه في عدَّة اتجاهات في الوقت نفسه؛ وقد يَسْتَوِلِي على الشَّخْصِ الوَسْواسُ في بعض الأحيان حتى يتمَّ العمل.



الشكل 10-12. قناة الكبد

الأعراض المرتبطة بالخط ذي الشحنة المنخفضة

الشعور بالبرد الداخلي، الرعاش الداخلي، نوب الدوام، الشعور بالدوار، الاكتئاب، الإحباط، شدة الاستشارة، تقلب المزاج، قلة الاهتمام ببدء عمل بسبب نقص الطاقة.

الأعراض الأرجية الحادة

- الشعور بالصُّداع في قمة الرأس، الدوار وتغيُّم الرؤية.
- الشعور بنوع من الانسداد في الحلق، الطنين، والحمى.
- تشنُّج الأطراف والألم على امتداد القناة.

الأعراض الأرجية المزمنة

- الألم البطني وظهور كتل صلبة في أعلى البطن.
- الألم في المناطق الوردية، الفتق Hernia، المتلازمة السابقة للحيض Premenstrual syndrome (PMS)، الألم في الثديين، القيء، اليرقان، رخاوة البراز، والألم في أسفل البطن.
- عدم انتظام الحيض، اضطرابات الأعضاء التناسلية، والتزف الغزير ذو اللون الأحمر القاني في أثناء الحيض.
- سلس البول، احتباس البول، وقامة لَوْن البول.
- الدُّوَام، والحالات الشبيهة بالسكتة Stroke.

الأعراض المرتبطة بإخصار المستوى الانفعالي

الانفعال الأساسي: الغضب Anger

الانفعالات المرتبطة: العدوانية، الغضب من الذات ومن الآخرين، الشكوى طوال الوقت، ضعف الكبد الذي يؤدي إلى الخوف، الاكتئاب، الشرود بسهولة، الأحلام المزعجة ليلاً، الارتباك بسهولة، الشعور بالدوار، تعقب أخطاء الآخرين، تقلب المزاج، الإحباط، عدم القدرة على التعبير عن الغضب، اللامبالاة، عدم الواقعية، التهيج، المزاجية، الاستعداد للقتال، كبت الغضب، الاستياء، اضطراب العواطف، نَصَب الأفخاخ، عدم السعادة.

الوقت المرتبط بخط الكبد

من الساعة الواحدة وحتى الثالثة صباحاً.

العَضَلَات المرتبطة بخط الكبد

الجزء القصي للعضلة الصدرية الكبرى Pectoralis major sternal والعضلة المعينية Rhomboideus.

الاتصال السنّي لخط الكبد

يرتبط الجزء القصي للعضلة الصدرية الكبرى بالضاحك السفلي الثاني.

التغذية الأساسية لخط الكبد

الشمندر Beet، الخضار، الفيتامين A، المعادن الزهيدة، والحموض الدهنية غير المشبعة.

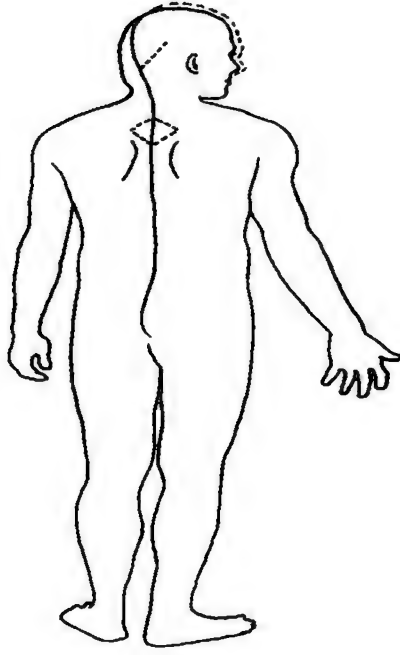
قناة الأوعية الحاكمة

THE GOVERNING VESSEL CHANNEL (MERIDIAN)

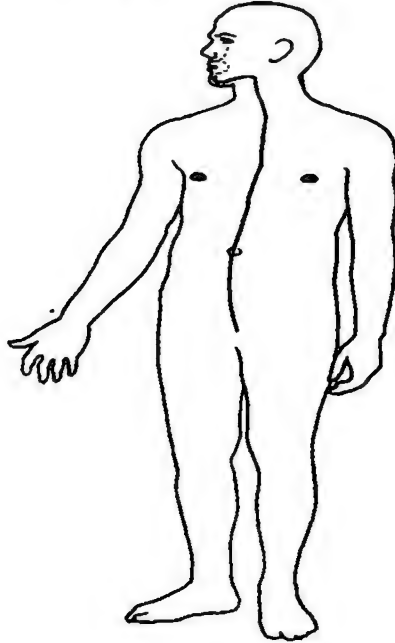
تعد قناة الأوعية الحاكمة ملتقى لكافة قنوات Yang channels حيث "تقمن" عليها. ويتبع هذه القناة أربعة مسارات: فالمسار الأول ينشأ من العجان ويتجه إلى الأعلى على امتداد العمود الفقري حتى يصل إلى النقطة 16 GV في مؤخرة الرقبة، حيث يدخل الدماغ ويتابع مسيره نحو قمة الرأس متبعاً الخط المتوسط للجبين (الجبهة) حتى جسر الأنف، لينتهي به المطاف في الشفة العلوية.

أما المسار الثاني فيبدأ في منطقة الحوض متجهاً إلى الأسفل نحو الأعضاء التناسلية والعجان ليصل إلى قمة العنق، وهنا يتحول المسار باتجاه الناحية الأليوية، حيث يتقاطع مع قناتي الكلية والمثانة قبل أن يعود إلى العمود الفقري ويرتبط بالكليتين.

وأما المسار الثالث فيشترك في منشأه مع قناة المثانة وذلك من الموق (الزاوية الداخلية للعين). ويتجه الفرعان (بالجانبيين) من الموقين إلى الأعلى نحو الجبين ليلتقيا عند قمة الرأس، حيث تدخل القناة الدماغ. ولدى انبثاق القناة في أسفل قفا الرقبة، تنقسم مرة أخرى إلى فرعين يتجهان نحو الأسفل، كل في الجانب المعاكس. وأما المسار الرابع لقناة الأوعية الحاكمة فيبدأ في أسفل البطن ليتجه مباشرة نحو الأعلى عبر السرة، ويمر من خلال القلب داخلاً الرغامى. ولدى استمرار المسار بالاتجاه نحو الأعلى، يقطع الخدين ويطوق الفم قبل أن ينتهي به المطاف في نقطة تقع أسفل منتصف العين. هذا، وتتقاطع هذه القناة مع قناة المثانة عند النقطة 12 B ومع قناة أوعية الحمل عند النقطة 1 CV.



الشكل 10-13. قناة الأوعية الحاكمة



الشكل 10-14. قناة أوعية الحمل

الأعراضُ الباثولوجيةُ (المرَضِيَّةُ)

تُقَدِّمُ هذه القناةُ الدماغَ ومنطقة النخاع، وتتقاطعُ مع قناة الكبد عند قمة الرأس؛ لذلك فإنَّ انسداد قسم تشاي Chi فيها قد يؤدي إلى ظهور بعض الأعراض، مثل التيبس والألم على امتداد العمود الفقري، كما قد يؤدي عوز تشاي Chi في القناة إلى الشعور بثقل الرأس والدوار والرعدة. وقد يكون إحصار الطاقة في هذا الخطِّ (الذي يمرُّ من خلال الدماغ) مسؤولاً عن العديد من الاضطرابات الذهنية. كما أنَّ الأمراضَ الحُمويَّةَ Febrile diseases تكون مرتبطةً بقناة الأوعية الحاكمة غالباً. وبما أنَّ أحدَ فروع القناة يتجه نحو الأعلى عبر البطن عند اضطراب القناة، فإنَّ تشاي Chi يتجه بسرعة نحو القلب. هذا، وقد تظهر أعراضٌ أخرى، مثل المغص Colic والإمساك وسلس البول والبواسير Hemorrhoids والعُقم الوظيفي Functional infertility.

قناةُ أوعية الحمل

THE CONCEPTION VESSEL CHANNEL (CV، REN)

تتبع قناةُ أوعية الحمل مسارين: الأوَّل يبدأ في أسفل البطن تحت نقطة الوَخَز الإبري لأوعية الحمل CV 3، ثم يتجه نحو الأعلى على امتداد الخط الناصف للبطن والصدر وعبر الحلق والفكَّ ليلتف في النهاية حول الفم، وينتهي في منطقة العينين. أمَّا المسارُ الثاني فيبدأ في تجويف الحوض ويدخل النخاع صاعداً على طول الظهر. وتَقْطَعُ هذه القناةُ مع قناة المعدة عند نقطة الوَخَز الإبري St 1، ومع قناة الأوعية الحاكمة عند النقطة GV 28.

الأعراضُ المرَضِيَّةُ (الباثولوجيَّةُ)

تُعَدُّ قناةُ أوعية الحمل ملتقى لقنوات Yin channels؛ لذلك، فإنَّ أيَّ شذوذ في هذه القناة سيُتَظَاهَرُ بشكلٍ رئيسي بالأعراض المرضية لقنوات ين، لا سيَّما تلك الأعراض المرتبطة بالكبد والكليتين. وبما أنَّ وظيفة هذه القناة ترتبط بالحمل بشكلٍ كبير، فهي على اتصال وثيق بالكليتين والرحم، وهذا ما يؤدي إلى حدوث اضطرابات في الجهاز التناسلي البولي عند عوز تشاي Chi في هذه القناة.

ومن الأعراض المرتبطة بقناة أوعية الحمل الثرُّ (السَّيْلان) الأبيض Leucorrhea وعدم انتظام الحيض والمغص... إلخ.

والجدير بالذكر أنه يمكن لأيِّ مُستأرج Allergen أن يودِّي إلى إحصار خطٍّ أو أكثر في الوقت نفسه؛ فإذا أحصرَ المُستأرجُ خطأً واحداً فقط، فإنَّ المريضَ قد يشكو من أعراضٍ إحصار ذلك الخط؛ وتعتمد شدة الأعراض على مقدار الإحصار. ونذكر هنا أنَّ المريضَ قد يشكو من عرضٍ واحد فقط أو من عدَّة أعراض، وربما من جميع الأعراض المرتبطة بإحصار ذلك الخط؛ كما قد يعاني المريضُ أحياناً من إحصار عدَّة خطوط في الوقت نفسه. وفي مثل هذه الحالات، يمكن أن يشكو المريضُ من العديد من الأعراض، كأن يشكو مثلاً من عرضٍ واحد في كلِّ خط، أو من العديد من الأعراض في بعض الخطوط، ومن عرضٍ أو اثنين في خطوط أخرى. كما قد يشكو بعضُ المرضى الذين يعانون من إحصار خطٍّ واحد من عرضٍ شديد واحد فقط. والمدهش أنَّ بعضَ الأشخاص قد لا يدون أيَّ تفاعل بالرغم من إحصار جميع الخطوط عندهم. وهذه الاختلافات هي ما تجعل التشخيصُ صعباً في بعض الحالات.

الفصل الحادي عشر

قُلْ وداعاً للمرض

تَقَعُ مُعْظَمُ نقاطِ الوَخَزِ الإبري المستعملة في التخلص من عَوَائِقِ الطَّاقَةِ قَريباً من الأعضاء الحيويّة. ولم تُوصَفْ في هذا الكتاب المعلوماتُ حولَ نقاطِ المعالجة وطرائقِ الوَخَزِ بالإبرة النقاطِ النوعيّة والطُّرُقِ النوعيّة للتخلُّص من التحسُّس (الأرجيّة)؛ فتعلّم هذه الطُّرُق يقعُ خارجَ مَنظورِ هذا الكتاب، وقد استُبعدَ بِشكْلِ مَقْصود. وهناك حالياً أكثر من 5500 ممارس طبيّ مُجاز قد تدرَّب على طرائقِ المعالجة بإزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET treatment methods في الولايات المتحدة وخارجها؛ ويمكن زيارة الموقع الإلكتروني www.naet.com لمعرفة أقرب ممارس لهذه الطرائق إليك.

ولكن سنناقش في هذا الفصل بعضَ المعلومات المتعلقة ببضعة نقاط هامة للوخز الإبري؛ ويمكن استعمالها للمساعدة على التحكم بأية تفاعلات تحسُّسية خفيفة أو معتدلة. أمّا المرضى المصابون بتحسُّس شديد، فعليهم استشارة ممارس مجاز في طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد للوقوف على المعالجات. ولا يؤدِّي تنبيه هذه النقاط إلى إزالة الأرجيّات (الحالات التحسُّسية) بِشكْلِ دائم، بل يساعد مؤقتاً على التخلص من عوائق الطَّاقَةِ، وعلى الشعور بالتحسُّن.

وقد رأيتَ حتّى الآن الطُّرُق الشائعة لخطوط الطُّول، ومساراتها الداخليّة والخارجيّة (الأشكال من 1-10 حتّى 10-14). كما رأيتَ كيفيّة انسداد هذه الخطوط بسبب أرجيّات بسيطة، ممّا يؤدِّي إلى أعراض مرَضِيّة نوعيّة (جسديّة وفيزيولوجيّة "وظيفيّة" وانفعاليّة "نفسيّة") في الجسم. وتعلّمت في الفصل السَّابع، "اختبارات الاستجابة العضليّة للأرجيّة Muscle-Response Testing for Allergy"، كيفيّة اختبار الأرجيّات "الحالات التحسُّسية". وقد تكونُ الحالاتُ التحسُّسية هي العوامل المسيّبة لعوائق الطَّاقَةِ في خطوط مُعيّنة. وقد تعلّمت أن تختبر المُستأرجات وتجدها بِشكْلِ عام؛ ويُطلب منك بإلحاح ممارسة هذه الطرق الاختباريّة، والاعتقاد على اختبار كل شيء

قبل أن تعرّض نفسك مُستقبلاً للطعام والثياب ومُستحضرات التجميل والمواد الكيميائية المنزلية والعوامل البيئية... إلخ، التي تعرف أو تتوقع أنك متحسّس لها.

عزلُ العَوَاقِ

يمكن القيامُ باختبار بعض العَوَاقِ وعَزْلُها بطُرُق عَدِيدَةٍ؛ ومن هذه الطُرُق طريقةٌ سَهْلَةٌ عَلَى الفَهْمِ نسبياً، ويمكن أن يتمكّنَ فيها أيُّ شَخْصٍ ببعض الممارسة.

يجب أن يغسلَ المريضُ والفاحِصُ يديهما بالماء والصابون قبلَ البدءِ بالاختبارِ للتخلّصِ من أيّة طاقةٍ ضارّةٍ من الأناملِ.

الخطوة الأولى: وازنَ المريضُ وابحثَ عن عضلةٍ معيّنة؛ ثُمَّ عُدْ إلى الفصل السَّابِعِ لتعلّمَ المزيدَ حولَ المُوازَنَةِ واختبارات الاستجابة العضليّة لاختبار حالات التحسّس لديك.

الخطوة الثانية: يَسْتَلْقِي المريضُ عَلَى ظَهْرِهِ معَ وَضْعِ المُسْتَأْرَجِ (تُفَاحَةٍ مثلاً) في راحة يده المُفْتُوحَةِ؛ ويمكن عند الحاجة استعمالُ اختبارات البَدِيلِ أيضاً (لاختبار رَضِيعٍ أو طفلٍ صَغِيرٍ أو شَخْصٍ ضَعِيفٍ جداً أو قَوِيٍّ جداً أو مُسِنٍّ أو مُضَعَفٍ أو شَخْصٍ أو حيوانٍ عليلٍ أو غير مُسْتَجِيبٍ).

الخطوة الثالثة: يلمسُ الفاحِصُ النقاطَ في الشَّكْلِ 1-11 معاً، ويختبرُ العضلة المحدّدة مُسَبِّقاً (العضلة المعنيّة)، ويُقَارَنُ قوّةُ هذه العضلة بوجود المُسْتَأْرَجِ وبغيابه؛ فَعَلَى سَبِيلِ المِثَالِ، المسُّ النّقْطَةُ "1" في الشَّكْلِ 1-11 بأناملِ أصابعِ إحدى اليَدَينِ، واختبرَ باليد الأخرى العضلة المعنيّة (مع استمرار المريض في إبقاء المُسْتَأْرَجِ في إحدى يَدَيْهِ)؛ فإذا ما أصبحت العضلة المختبرة ضعيفةً، عندئذ تشيرُ إلى وجودِ عائقٍ طاقةٍ في خَطِّ الطُّولِ أو في سُبُلِ الطَّاقَةِ المتصلة بهذه النّقْطَةُ الخاصّة.

تَتَعَلَّقُ النّقْطَةُ "1" بخطّ الرّتّة؛ ويمكن لأيّ انسدادٍ أو عائقٍ في جريان الطاقة في أيِّ مكانٍ من خطّ الرّتّة أن يُؤدّيَ إلى إضعافِ هذه النّقْطَةِ. اختبرَ جميعَ النقاطِ الأخرى في الجدول 1-11 (الشَّكْلِ 1-11) باستعمالِ هذه الطَّرِيقَةِ؛

وسجّل جميع النقاط الضعيفة. ويمكنك العودة إلى الجدول 1-11 للوقوف على العلاقات بين النقاط والخطوط. وباستعمال هذه الطريقة، تستطيع تعقب الخطوط الضعيفة كافة.

الجدول 1-11		
العضو المرتبط بها	الخط المرتبط بها	اسم النقطة
الدماغ	نقطة اختبار الدماغ	النقطة 0
الرئة	نقطة اختبار الرئتين	النقطة 1
التأمور	نقطة اختبار الجزء الجسدي من القلب	النقطة 2
الكبد	نقطة اختبار الكبد	النقطة 3
المرارة	نقطة اختبار المرارة	النقطة 4
القلب	نقطة اختبار القلب	النقطة 5
المعدة	نقطة اختبار المعدة	النقطة 6
الكلية	نقطة اختبار الكلية	النقطة 7
الطحال	نقطة اختبار الطحال	النقطة 8
الأمعاء الغليظة	نقطة اختبار القولون (الأمعاء الغليظة)	النقطة 9
المدفأ الثلاثي	نقطة اختبار المدفأ الثلاثي	النقطة 10
الأمعاء الدقيقة	نقطة اختبار الأمعاء الدقيقة	النقطة 11
المثانة	نقطة اختبار المثانة	النقطة 12

المعالجة بضغط الإصبع

يمكن استعمال المعالجة بضغط الإصبع Finger pressure therapy لاستعادة جريان الطاقة في خطوط الطاقة، وذلك من خلال التخلص من العوائق مؤقتاً.

الخطوة الأولى: تَمَثِّلُ الخطوةُ الأولى للمُعَالَجَةِ بَضْعُ الإصْبَعِ فِي إِيجَادِ النُقْطَةِ
أَوْ الْخَطِّ الْمَسْدُودِ الْمُرْتَبِطِ بِالْعَضْوِ. وَبِمَكْنِكَ الرُّجُوعَ إِلَى الْجَدْوَلِ 1-11 ثُمَّ الشَّكْلَ
1-11 لِإِيجَادِ النُقْطَةِ الْمُرْتَبِطَةِ بِالْعَضْوِ.

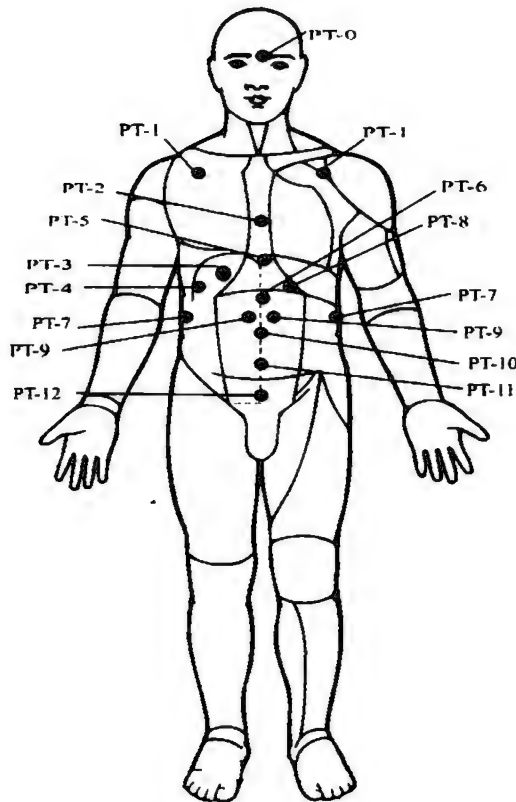
الخطوة الثانية: طَبَّقْ ضَغْطاً خَفِيفاً بِوَسَادَةِ الإصْبَعِ السَّبَّابَةِ عَلَى النُقْطَةِ،
وَحَافِظْ عَلَى ذَلِكَ مَدَّةَ 60 ثَانِيَةً لِكُلِّ نُقْطَةٍ. وَعِنْدَمَا تَجِدُ الْخَطَّ الْمَسْدُودَ، اجْعَلْ نُقْطَةَ
الْعَضْوِ الْمُرْتَبِطَةِ بِذَلِكَ الْخَطِّ نُقْطَةً بِدَايَةِ لِلْقِيَامِ بِمَوَازَنَةِ الطَّاقَةِ بِاسْتِعْمَالِ الْمُعَالَجَةِ بَضْعُ
الإصْبَعِ؛ فَإِذَا كَانَتِ الطَّاقَةُ مُعَاقَةً فِي خَطِّ الْكَبْدِ - عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ - اجْعَلْ نُقْطَةَ
عَضْوِ الْكَبْدِ (النُقْطَةُ 5) النُقْطَةَ الْأُولَى لِلْبَدْءِ بِالْمُعَالَجَةِ بَضْعُ الإصْبَعِ. وَأَمَّا إِذَا كَانَ
خَطُّ الْقَلْبِ مُعَاقاً، فَاسْتَعْمَلْ نُقْطَةَ الْقَلْبِ (النُقْطَةُ 3) نُقْطَةً أُولَى فِي سِلْسِلَةِ مَوَازَنَةِ
الطَّاقَةِ.

الخطوة الثالثة: طَبَّقْ الضَّغْطَ مَدَّةَ 60 ثَانِيَةً عِنْدَ كُلِّ نُقْطَةٍ، وَاسْتَمِرَّ فِي
ذَلِكَ عِبْرَ جَمِيعِ النُّقَاطِ الْاِثْنَتَيْ عَشْرَةَ حَسَبِ التَّرْتِيبِ الْمُعْطَى فِي الْجَدْوَلِ أَوْ
الشَّكْلِ 1-11، وَعُدْ إِلَى نُقْطَةِ الْبَدْءِ؛ ثُمَّ طَبَّقْ الضَّغْطَ مَدَّةَ 60 ثَانِيَةً عَلَى نُقْطَةِ
الْبَدْءِ، وَأَوْقِفْ الْمُعَالَجَةَ. وَعَلَيْكَ عَلَى الدَّوَامِ الْإِنْتِهَاءَ عِنْدَ نُقْطَةِ الْبَدْءِ لِإِكْمَالِ
دَوْرَةِ الطَّاقَةِ.

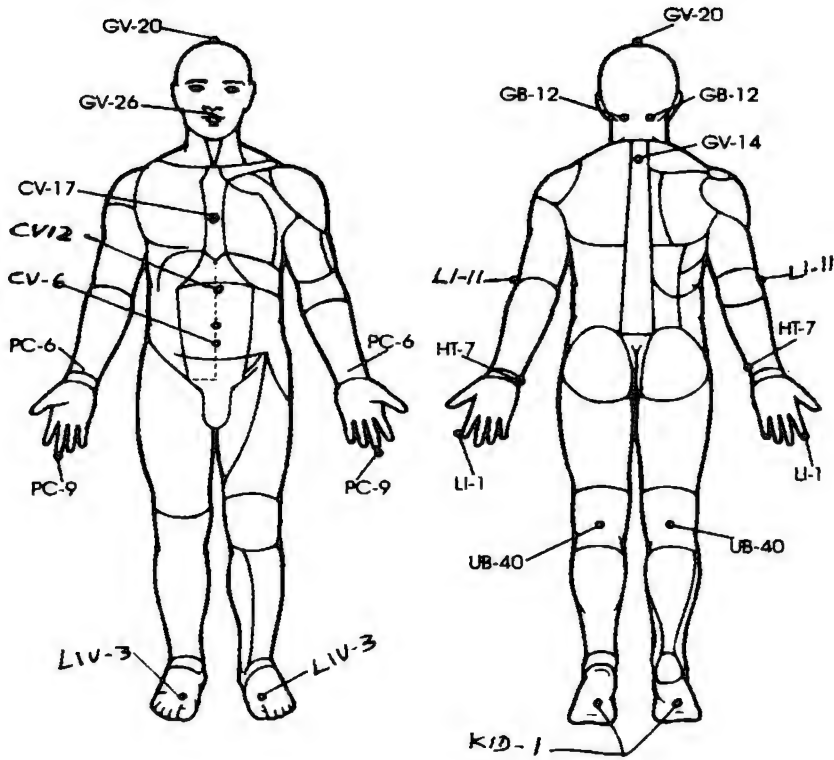
يُمْكِنُ أَنْ يَشْكُو بَعْضُ الْمَرْضَى مِنْ أَلَمٍ جَسَدِيٍّ أَوْ نَفْسِيٍّ أَوْ مِنْ انْتِقَاقٍ
عَاطِفِيٍّ أَوْ انْفِعَالِيٍّ emotional release خِلَالِ هَذِهِ الْجُلُوسَاتِ مِنَ الْمُعَالَجَةِ؛ فَإِذَا
كَانَ الْمَرِيضُ مُصَاباً بِعَاقِقِ انْفِعَالِيٍّ، فَلَا بَدْءَ مِنْ عَزْلِهِ وَمُعَالَجَتِهِ لِلْحُصُولِ عَلَى
أَفْضَلِ نَتِيجَةٍ. وَبِمَكْنِ أَنْ يُصَافَ بَعْضُ الْمَرْضَى بِأَلَامٍ نَخْزِيَّةٍ tingling pains أَوْ
آلَامٍ حَادَّةٍ أَوْ نَبْضَانٍ (خَفَقَانٍ) أَوْ تَعَرُّقٍ غَزِيرٍ... إلخ خِلَالِ الْمُعَالَجَةِ. وَفِي مِثْلِ
هَذِهِ الْحَالَاتِ، أَرْجُو أَنْ تَمْضِيَ عِبْرَ دَوْرَةِ أُخْرَى مِنَ الْمُعَالَجَةِ، حَيْثُ يُصَحِّحُ ذَلِكَ
الْمَشْكَالَةَ غَالِباً. وَسَنُذَرِّجُ لَاحِقاً بَعْضَ نُّقَاطِ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ الشَّائِعَةِ الِاسْتِعْمَالِ
وَنَمَازِجِ اسْتِعْمَالِهَا لِلْمُسَاعَدَةِ فِي الْحَالَاتِ الطَّارِئَةِ. قُمْ بِتَمْسِيدِ كُلِّ نُقْطَةٍ مِنْ هَذِهِ
النُّقَاطِ بِلَطْفٍ بِيَاطِنِ الْأَصَابِعِ لِمَدَّةٍ دَقِيقَةٍ لِكُلِّ مَنَاهَا. وَبِمَكْنِكَ الْعُودَةَ إِلَى الْخُطُوطِ
الْمُنَاسِبَةِ فِي الْفَصْلِ الْعَاشِرِ أَوْ إِلَى الْكُتُبِ الْمَرْجُوعَةِ الْآخَرَى عَنْ الْوَخْزِ الْإِبْرِيِّ إِذَا
أَرَدْتَ تَعْلُمَ الْمَزِيدَ حَوْلَ هَذِهِ النُّقَاطِ.

نقاط الإنعاش RESUSCITATION POINTS	
1. الإغماء Fainting:	PC-9 ، LI-1 ، GB-12 ، GV-26 ، GV-20
2. الغثيان Nausea:	PC-6 ، CV-12
3. ألم الظهر Backache:	UB-40 ، GV-26
4. التعب Fatigue:	Liv-3 ، CV-17 ، LI-1 ، CV-6
5. الحمى Fever:	GV-14 ، LU-10 ، LI-11

وللوقوف على مزيد من المعلومات حَوْلَ نقاط الإنعاش «revival points» ارجعْ إلى كُتُب "الوخز الإبري".



الشكل 1-11. نقاط المعالجة بالضغط بالإصبع.



الشكل 11-2. نقاط الإنعاش.

كلمة للمريض المُصاب بالتحسُّس

لقد حاولتُ أن أناقشَ مُعظمَ الأنماطِ المختلفةِ للتظاهرات التحسُّسية، والأنماط الأكثر شيوعاً للتفاعلات الأرجية (التحسُّسية)، والطُّرق الغريبة والشرقية الشائعة في معالجة الأرجيات؛ وقَدِّمتُ معلومات كافية عن طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد لكي تتخلصَ من التفاعلات التحسُّسية الآتية نتيجة المُستأرجات (مولدة الأرجية) التي أنت في تماسٍ معها في حياتك اليومية. كما قد شرحتُ بالتفصيل كيفية اختبار الأرجيات (الحالات التحسُّسية) وكشفها لديك بنفسك، وهي الطريقة الأكثر معوَّلةً (موثوقةً) والأقل تكلفةً في اختبارات التحسُّس. وسوف يُساعد ذلك مرضى التحسُّس على السيطرة على المُستأرجات، وأنقَاء الحوادث غير المتوقَّعة والمُؤسِّفة من خلال التجنُّب الحذر للتعرُّض إلى المُستأرجات

المعروفة. ومن المأمول أن تنفق بعض الوقت في قراءة كل صفحة متعلقة بالاختبارات وطرائق الموازنة بدقة، وأن تتعلم عن هذا الاكتشاف الجديد؛ فالتفاعلات الخفيفة يمكن معالجتها باستعمال هذه الطريقة، ولكن لا يعني ذلك استبدال الحاجة إلى زيارتك للطبيب أو لأحد ممارسي طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد. وبعد أن تتغلب على الحالة الطارئة الآتية لديك باستعمال هذه الطريقة، احصل على موعد مع طبيبك لتتعرف إلى تدبير بقية المشاكل لديك. ولا تحمّل نفسك مسؤولية الاستمرار في معالجة الحالات التحسسية لديك من دون مساعدة ممارس مُدرّب. ولا تنس أن هؤلاء الممارسين الطبيين قد أنفقوا آلاف الساعات في الكليات الطبية لتعلم كيفية مساعدتك وتزويدك برحلة مريحة نحو الصحة والعافية؛ وأنت لا تتوقع أن تستبدل معرفتها بهذا الكتاب.

ولقد أظهرت الأمثلة التي لا حصر لها على هذه الصفحات كيف يمكن للكثير من الناس أن يخضعوا لهذه المعالجات، وأن يتمتعوا الآن بصحة جيدة. وليس على مرضى التحسس أن ينفقوا بقية حياتهم في مزيد من الخوف أو الوهم؛ بل يمكنهم بدلاً من ذلك أن يعيشوا مثل أي شخص طبيعي، شرط أن يحصلوا على المعالجة تجاه الأرجيات لديهم من قبل أطباء مُدرّبين على طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد.

وأنا أمل أن تصرف وقتاً كافياً لفهم المادة المعروضة في هذا الكتاب، كي تعرف المزيد عن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد واختبارات الاستجابة العضلية لاكتشاف الحالات التحسسية، واستعمال طرائق الموازنة الموصوفة هنا. كما أن من المهم لك أن تعرف وتفهم التدابير الإسعافية التي ستخرجك من الظروف الإسعافية الخطيرة باستعمال طرائق الطب الشرقي. ويتوفر اختصاصيو طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد (NAET specialists) (عن فيهم اختصاصيو الوخز الإبري المدربون على طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد NAET trained acupuncturists والمعالجون اليدويون chiropractors والمعالجون الطبييون الإخلافيون allopathic medical doctors، وغيرهم من الممارسين الطبيين) في مواقع مختلفة على طول البلاد. ولا أستطيع التشديد بما يكفي على أهمية التعاون الكامل والشامل بينك وبين اختصاصي التحسس (الأرجية)؛ فبمثل هذا التعاون فقط تستطيع أن تحصل على أفضل النتائج.

ولا يَكْفِي أن يتلقَى المريضُ المعالجات بانتظام، مع أن ذلك هامٌ كثيراً؛ بل عليه أن يلتزمَ بالتعليمات الأخرى إذا كان يرغب بالحصول على أقصى نتيجة في أقصر وقت. وينبغي أن يقرأَ جميعُ مرضى طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد الكتابَ الدَّليلَ إلى هذه الطرائق للمؤلفة، فهذا الكتابُ يقدِّمُ التعليمات الواجب اتباعها خطوةً بخطوة. هذا، وتتطلبُ مُعالجاتُ التحسُّس زياراتَ مُتكرِّرةً إلى العيادة في البداية. وبعدَ التخلص من جميع المُستأرجات المعروفة، يجري تدريبُ المريض على اكتشاف المُستأرجات لديه بنفسه؛ ثمَّ يكون عليه أن يرى الطَّبيبَ عندما يُصادف شيئاً ما يُزعجه ولا يستطيع التخلص منه باستعمال الطرائق المذكورة آنفاً، أو في المتابعات السنوية. ولا يمكن التخلص من جميع المُستأرجات في زيارة أو زيارتين للعيادة؛ بل قد يستغرق الأمرُ في بعض الحالات الشديدة ثلاث زيارات في الأسبوع على مدى سنة أو سنتين أو أكثر لبلوغ وَضْع قريب من الطَّبيعي؛ ويتوقَّف ذلك على استجابة الجهاز المناعي لدى المريض.

هناك القليل من المرضى المصابين بأرجيَّات خفيفة يَسْتَكْمِلون المعالجات في زيارة أو زيارتين، أو في غُضون شهرين أو ثلاثة. وهؤلاء المرضى قد لا يُشاهدون ثانياً، أو يُروْنَ لبضع زيارات متباعدة فقط. ويستغرقُ مُعظمُ المرضى وسطياً ما بين ثمانية واثني عشر شهراً لبلوغ نتائج مُرضية. ولكنَّ بعضَ الحالات الشديدة جداً تستغرق ما بين 3.5-4 سنوات أو أكثر لحلِّ مشاكلهم. ولذلك، يجب أن يُنْقِي مَرَضَى التَّحَسُّس هذه المدَّة الزمنية في الدَّهن عندما يخضعون للمُعالجة من قبل الاختصاصيين في طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. وإذا ما أوقفت المُعالجة قبل استكمال جميع المعالجات الأساسية الضرورية، عندئذ ستكونُ النتائجُ غير مُرضية، ومن المرجَّح أن تعود الأعراضُ التحسُّسية؛ ويميلُ ذلك إلى جعل المريض يشعر بأنَّ التحسُّس نفسه ملوِّمٌ أو أنَّ المُعالجة غير مفيدة. ولذلك، يُفضَّلُ تجنُّب مجرَّد البدء بالمُعالجة، ثمَّ إيقافها بشكلٍ سريع، أو البدء ثمَّ التعاونُ بأسلوب فاتر. وسيُقدِّمُ اختصاصيُّ التحسُّس للمرضى التعليمات المناسبة حالما يشعرُ بأنَّه من المأمون القيام بذلك.

كيف يمكن للمرضى أن يتعاونوا ويساعدوا الطَّبيبَ لإنجاز أفضل النتائج في أقصر مدَّة؟ يُنصَحُ المرضى بعد كلِّ مُعالجة بالبقاء بعيداً عن الشيء المُعالج

لمدة 24 ساعة. وهناك 12 خطأً من خطوط الطاقة؛ ويستغرق الأمر ساعتين حتى يمرَّ جُزْيءُ طاقةٍ عبر أحد الخطوط. ولكي يجري عبر 12 خطأً من هذه الخطوط، يستغرق الأمر 24 ساعة؛ وهذا يعني أنَّ على المريض ألا يقترب من الجسم (الشيء) خلال هذا الوقت، لأنَّ حقله الكهروطيسي يمكن أن يتداخل مع الحقل الخاص بالمريض ويؤثر سلباً في المعالجة. كما يُنصح المريض أيضاً بالمحافظة على مفكرة طعامية؛ فإذا كان المريض يتفاعل تجاه شيء ما بشكلٍ عنيف خلال المعالجة، يمكن تعقب العامل المتهم ومعالجته للوقاية من المزيد من الألم. ويلزم المريض بنظام غذائي صارم من العناصر الخالية من المحسّسات بعد استكمال المعالجات الثلاث الأولى؛ وهذا ما يُساعد الجسم على المحافظة على صحّة جيّدة من دون مواجهة العوامل المحسّسة المحتملّة؛ كما يُسرّع العملية العلاجية خلال الحدّ من التداخل.

وفيما يلي قائمةٌ بالتعليمات العامة التي يؤمّل أن تُساعد المريض المصابين بالتحسّس، بصرف النظر عن الأعراض لديهم:

1. لقد حان الآن أفضل وقت للبدء بمعالجة الأعراض التحسّسية لديك؛ ولا تنتظر حتى حدوث الهجمة التالية؛ ومن غير المحتمل أن تراجع الأعراض مع مرور الوقت، بل من الأرجح أن تصبح أكثر شدة.
2. سجّل المعالجات بانتظام، وحسب توجيهات الطبيب الاختصاصي بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد ما أمكن ذلك؛ ففترات الراحة الطويلة يجب أن لا تؤخّذ عند الضرورة إلا بعد اكتمال المعالجة لكل مُستأرج. ولا تقض أكثر من يومين مُستريحاً من دون إكمال المعالجة تجاه المُستأرج المعالج، تماماً كما في حالة إخفاق المعالجة البدئية؛ فعلى سبيل المثال، عند القيام بالمعالجة تجاه التحسّس للحليب، وإذا ما كنت ستقوم بخمس زيارات متتابعة للتخلّص من التحسّس تجاه عينة من الحليب، فعليك أن تقضي بضعة أيام أو أسبوع من الراحة من دون معالجة بعد التخلّص من التحسّس للحليب، وقبل البدء بالمعالجة تجاه مادة أخرى، مثل اللحم؛ فإذا ما تعرّض الدماغ لمُستأرج، ولم تُكْمِل المعالجة، عندئذٍ قد تحصل نتائج مُزعجة أو قد تتفاقم المشكلة.

عولجت امرأة بعمر 28 سنة تجاه القطن؛ وبعد سبع معالجات متعاقبة، قرّرت الذهاب في عطلة قصيرة قبل التخلص من التحسّس (الأرجية) لديها، من دون إعلام اختصاصي التحسّس الذي يقوم بمعالجتها. وبعد مرور ثلاثة شهور، اتصل زوجها وسأل عن إمكانية مساعدة زوجته من حالتها الراهنة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد؛ فخلال يومين من بدء عطلتها، دخلت في حالة من الاكتئاب ورفضت الحديث أو التعاون مع أي شخص، فقد انهارت عصبياً كمُرافقة، لكنّها شُفيت من العارضة تماماً. وأخيراً، أخذها زوجها إلى اختصاصي في علم النفس ومُعالج، فلم تستفد من كليهما للخروج من الاكتئاب. وتذكّر اختصاصي التحسّس أنّها لم تُكمل المعالجة من القطن، فأحضرت إلى العيادة وعولجت من القطن وتخلّصت من التحسّس له بعد أربع معالجات جديدة، أي إنّ الإجمالي كان 11 معالجة. وفي نهاية هذه المعالجات، تخلّصت من الاكتئاب؛ وهذا مثال جيّد على خطر ترك المعالجات في منتصف الطريق.

3. يمكن أن يكون لدى بعض الناس استجابة أو تفاعل سلبي تجاه المعالجة؛ ولا يستطيع أحد أن يتكهّن بهذه التفاعلات منذ البداية. ولذلك، يجب أن يبقى المريض في عيادة الطبيب ما بين 20 دقيقة إلى ساعة بعد المعالجة؛ فإذا ما حدث تفاعل غير مألوف خلال هذا الوقت، يقوم الطبيب بمعالجته من جديد؛ أمّا لم يحصل ذلك، فيُرسَل المريض إلى المنزل مع بعض التعليمات الواجب اتباعها.

4. ينبغي ألا يقترب المريض من حقل طاقة العناصر المحسّسة بعد أن يغادر عيادة الطبيب لمدة 24 ساعة؛ وهذه مدة هامة وحاسمة، لأنّ الدماغ يعمل وفق ساعة زمنية بيولوجية (حيوية) بدورات مدّة كل منها 24 ساعة؛ ويمكن للدماغ، خلال هذا الوقت، أن يرفض أو يتقبّل المعالجة. وإذا ما تقبّل الدماغ المعالجة، عندها لا يرفضها طوال حياة المريض.

كما أنّ الدماغ الذي يتقبّل المُستأرج كحليف، يقوم بتغييرات ضرورية في النشاط الكيميائي للجسم ووظائفه. وقد يكون، بل من الأرجح أن يكون قادراً أيضاً على إحداث تغيّرات في الجينات Genes والرنا RNA والدنا

DNA. ولكننا لم نُقَمِّ بتجارب في الحقل الجيني؛ ولكن عندما تُعالج المرأة الحامل وتُستخلص من التحسس، لا يُنْدي طفلها بعد الولادة تفاعلاً تجاه مستأرج أمه. وعندما يُعالج الزوجان من التحسس قبل أن يُنجبا أطفالاً، لا تَتفاعل ذريتهما لهذه الأشياء مُطلقاً؛ ويميل ذلك إلى دَعْمِ النظرية القائلة بأن جينات الأطفال قد تَكَيَّفَتْ بحيث لم تُعْذ مُتفاعلة.

أَتت امرأة بعمر 22 سنة إلى عيادتنا، وكانت قد أَجْهَضَتْ مرّتين؛ ووجدنا أنها كانت مُتَحَسِّسَةً لمعظم الأطعمة التي تتناولها. وقد عُولِجَتْ من معظم الأرجيَّات لديها، لكنّها حَمَلَتْ من جديد وأوقَفَتْ العلاجات. وفي هذه المرة، أكملت حملها وأنجبت طفلاً طبيعياً؛ وعادت من جديد لمعالجة نفسها، فضلاً عن طفلها. وعندما فُحصَ الطفلُ، اكتشفنا أنّه غير مُتَحَسِّسٍ للأشياء التي كانت تتحسس له أمه قبل أن تحمل به؛ لكنّه كان مُتَحَسِّساً للأشياء التي لم تُعالج منها والدته بعد.

زوجان شابان أظهرَا عدداً من المشاكل التحسسية، بما في ذلك الشقيقة ونوبات الدوخة والتهاب الجيوب والآلام المفصليّة... إلخ، وقد عولجا تجاه جميع الحالات التحسسية المعروفة لديهما؛ ثُمَّ رُزِقَا بطفل؛ فقمنا بتحريّ الطفل، ووجدنا أنه كان بحالة صحيّة ممتازة من دون أرجيَّات مُطلقاً. كما عولجَ زوجان آخران، لديهما تحسس للكثير من العناصر، تجاه جميع الأطعمة، لكنّهما لم يُعالجا تجاه آيَّة أقمشة. وعندما رُزِقَا بطفلتهم، أُصِيبَتْ بطفح شديد على كامل جسمها، ولم تستطع ارتداء آيَّة ثياب. وقَدِمَ الوالدان بالطفلة للتَّقييم، فوجدنا أنّها كانت متحسّسة تجاه جميع الأقمشة، وليس للأطعمة.

5. ينبغي على المرضى أن يتجنبوا، بعد المعالجة فوراً، القيام بالأنشطة المُجهدة والتَّمارين وأن يبتعدوا عن الموجبات الثقيلة... إلخ لما لا يقلُّ عن 3-4 ساعات؛ فمن المُمكن أن تودّي آيَّة أنشطة إلى انسدادٍ مفاجئ في مسار الطَّاقة، ممَّا يقودُ إلى تفاعلات مُزعجة.

6. يُعاني المرضى المتحسسون للكثير من الأشياء من أعراض مختلفة إذا استعملوا العناصر المُحسّسة خلال خضوعهم للمعالجة؛ ففي العلاجات بطرائق إزالة

التحسُّس بحسب نامبودريباد، يُطلب المريض أن يستعمل أو يأكل أي شيء يرغب به عدا الأشياء التي يُعالج منها؛ فإذا ما تعرَّضَ لمُستأرج آخر ما، يمكن أن يبقى مُتفاعلاً تجاه هذا المُستأرج الخاص رغم عدم تداخل ذلك مع المعالجة الرَّاهنة؛ لكنَّ المريض قد لا يشعر بأنَّه على ما يُرام. وللحصول على نتائج أفضل وأسرع، يجب أن يتجنَّب المريض جميع المُستأرجات الأخرى. وإذا ما كان المريض يخضع لأية رعاية طبيَّة أخرى بسبب أيَّة أعراض أخرى، يُنصح بأن يستمرَّ في تلك المعالجات الأخرى كما هي، فضلاً عن المعالجات بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد. وهذا ما يُساعدُ المريض على إبقاء مَشاكله الصحيَّة الأخرى تحت السَّيطرة خلال تقدُّمه في معالجات التحسُّس. وهذه الطَّريقة، لا يكونُ على الجسم أن يقاومَ الإجهادَ أو الأمراض النَّاجمة عن أسباب مختلفة خلال خضوعه لعبءِ المعالجة الجديَّة؛ فالمرضى المصابون بالرُّبو أو صداع الشقيقة أو الأمراض الأخرى، ويستمرُّون في تناول الأدوية المضادَّة للربو أو الألم، يمكنهم الدُّخول في معالجات التحسُّس هذه بشكل أسهل من أولئك المرضى الذين يرفضون السعي نحو المعالجات الطبيَّة الدَّاعمة ويعتمدون على معالجات التحسُّس وحدها.

7. وخلال المعالجة، يُنصح المرضى بتجنُّب التعرُّض للطَّقس المُفرط، كالحرارة أو البرودة الزَّائدة؛ فالمرضى المصابون بعدد من الأرجيَّات لا يستطيعون تحمُّل الأحيواء المُفرطة، لأنَّهم قد يكونون مُتَحسِّسين للعوامل الفيزيائية (الطبيعية) المُستحثة بالطَّقس.

8. يُنصحُ المرضى بالاعتماد على التغذية الجيِّدة؛ وينبغي أن يجربوا تناول العناصر غير المُحسَّسة أو تلك التي عولجوا وتخلَّصوا منها بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، وذلك خلال اتباعهم لهذا البرنامج. كما يُنصحُ المرضى بالآ يُفِرطوا في الأكل أو التَّمَرين، وبشرب الكثير من السَّوائل، وبمعايشة الأفكار السَّارة خلال تحضير الأطعمة وتناولها، وبالحصول على مقدار وافر من الرَّاحة. ومن المهمَّ جداً تحضير الأطعمة وتناولها مع معايشة الأفكار اللَّطيفة لتجنُّب المزيد من العوائق الانفعاليَّة.

9. تذكر أن الأمر يحتاج إلى عدة سنوات لبلوغ التحسُّس مرحلة تحصل عندها تفاعلات شديدة؛ ولذلك، لا تُنبط الهمة إذا تأخَّر انفراج الأعراض بعض الوقت؛ وبما أن جميع الأعراض لا تختفي خلال بضعة أيام أو أسابيع من المعالجة، فليس هناك سبب لإيقاف النظام الغذائي أو المعالجات. وعندما يجري التخلص من بضع أرجيَّات رئيسية، يمكن ملاحظة أرجيَّات بسيطة بمزيد من السهولة. ويصبح إدراكك للأرجيَّات أكثر وضوحاً بعد التخلص من بضعة عناصر. ويسأل بعض المرضى: "بعد التخلص من بعض العناصر، هل أصبح أكثر تحسُّساً للأشياء التي لم أكن متحسِّساً لها قبلاً؟" والجواب "لا" قطعاً. ويزداد إدراك الشخص وتبرزُ التفاعلات التحسُّسية بمزيد من الوضوح بعد التخلص من بعض العناصر الرئيسية.

قبل تلقي المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، على سبيل المثال، لا يُخبر المريض بأن لديه أرجيَّات؛ فعندما يكون لدى المريض التهاب في الحلق أو صداع أو ألم في الجسم، يمكن أن يعتقد بأن هذه الأعراض هي في الواقع بسبب "نزلة flu" أو فيروس. ولذلك، قد يُسارع إلى استعمال أحد المضادات الحيوية؛ وفي حالة "النزلة"، يستمرُّ المرض 7-21 يوماً في العادة حتى يبرأ مهما تناول المريض من عقاقير. وبعد المعالجة، إذا أصيب بالتهاب الحلق، يبدأ بالبحث عن السبب "ما الذي أكلته وكان مختلفاً؟"، وسيجد الجواب "نعم، إنها قطعة من الأناناس أكلتها في سلطة الفواكه، وسببت هذه الأعراض الشبيهة بالنزلة". لذلك، فالتحسُّس لديك لم يزدد، بل أصبحت أكثر إدراكاً للملامح السريرية لديك.

10. تجنَّب الإجهاد الانفعالي والقلق المفرط، فهذا ما يُضعف الجهاز المناعي لديك من خلال زيادة عوائق الطاقة، والتسبب في المزيد من التفاعلات التحسُّسية (الأرجية)؛ وإذا ما كنت واقعاً تحت الكثير من الكروب أو الحزن، يجب أن تتجنَّب الوجبات الثقيلة أو الوجبات المفرطة بالتوابل أو المالحه. ولذلك، حاول تناول طعام بسيط بشكل سائل أو عجينة Purée للسماح بعبور الطعام للسبيل الهضمي بسرعة، من دون تبديد الكثير من الطاقة من مُستودعاتها. ويمكنك أن تتناول بعض الإنزيمات الهاضمة للمساعدة على هضم الأطعمة وتمثلها بشكل أفضل.

11. ومع تحسّن الحالة لديك، تصبح الأعراض أقلّ شدةً وتكرّراً، لكن لا توقف المعالجة، بل حاول إكمال العلاجات تجاه جميع الأرجبيات لديك، وإلاّ فإنّ المُستأرجات غير المُعالجة قد تتراكم وتؤدي إلى مشاكل لاحقاً.

12. يجب أن يسعى المرضى المتحسّسين جداً إلى حمل مُضادات الهيستامين Antihistamines والأدوية الفمويّة أو حقن الأدرينالين Adrenaline shots معهم دائماً؛ فقد يدخل هؤلاء المرضى في حالات مهدّدة للحياة في أيّ وقت وبأي نوع من التّحسّس؛ فإذا استطاع المريض أن يطبّق حقنة الأدرينالين أو مُضادات الهيستامين فوراً، يكون الأثر اللاحق Aftereffect أقلّ شدةً، ممّا يحول دون حوادث مشوّومة.

كما أن التّعليمات الخاصّة بضرورة لكلّ مريض، وهي تتفاوت حسب حالات التحسّس والتظاهرات التحسّسية لديه.

تُظهر الإحصائيّات أنّ ما بين 80-90% من مرضى التحسّس الذين يتلقّون العلاجات الصّحيحة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد، ويتعاونون مع الطّبيب، يشفون تماماً من أيّة مشاكل متعلّقة بالتحسّس أو يتحسّسون بشكلٍ مقبُول؛ فطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد يمكن أن تعطي نتائج مُذهِشة إذا طبّقَت بشكل صحيح.

كانت كارمل Carmel تتلقّى المعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد بسبب اضطرابات ألميّة شديدة؛ فقد كانت تُعاني من ألم شديد مُستمر في كبدها وطحالتها؛ ولم تُظهر الاختبارات أيّة شذوذاً، لكنّها اشتكت من هذا الألم المبرّح. وعندما قام الطّبيب بتقييم حالتها، وجد أنّها متحسّسة للكثير من مجموعات الفيتامينات، عدا مجموعة الفيتامين C؛ واستمرت بتلقّي المعالجة عنده مدّة سنتين، ولم تتحسّن حالتها. وأخيراً، أرسلها الممارسُ إلى التّقييم، فوجدت أنّ لديها تحسّساً مفرطاً تجاه الفيتامين C. وفي غضون 30 دقيقة من معالجتها تجاه الفيتامين C، ذكّرت أنّ ألمها الكبدي والطحالي قد زال تماماً، ولم يُعدّ بعد مضيّ شهور.

أتى شابّ بعمر 22 سنة بقصة ألم حاد شديد في الجزء الجانبي (الوَحشي) من فخذهِ اليمّنى منذ شهرين، وابتشر الألم نحو ركبته اليمّنى وكاحله. وفي أثناء التّقييم

باختبارات الاستجابة العضلية، اكتُشف أنه كان يتفاعل مع الخُرْشُف artichoke الذي أكله قبل شهرين؛ ولم يكن يجبُ أكلَ الخُرْشُف، لكنّه كان قبل شهرين في حفلة حيث تناول الخُرْشُف. وفي الصُّبَّاح التالي، استيقظَ شاكياً من ألمٍ في العصب الوركي sciatic pain في فخذه اليمُنَى. وقد جرَّبَ معالجات مختلفة قبل أن يكتشفَ طرائقَ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. وقد تفاقمَ الألمُ لديه رغمَ جميع أدوية الألم (المُسكِّنات) التي استعملَها، وتوقَّفَ عن العمل ودخلَ في عجزٍ مؤقت. وبعدَ التَّقييم، عالجته من الخُرْشُف، وقد كانت المِراةُ والقولون لديه مَسْدُودَيْن، فانفَرَجَ نحو 80% من ألمه الوركي بعدَ المعالجةِ الثُّخاعِيَّةِ فوراً تقريباً؛ وتخلَّصَ من ألمه تماماً بعد 12 دقيقة.

يبدو الخُرْشُفُ من الخضار البسيطة، لكنّه قد أدَّى إلى الكثيرِ من الأنماط المختلفة للاضطراباتِ الأليَّةِ في عددٍ كبير جداً من مرضاي.

الفصل الثاني مخبر

الجهاز الهضمي

تتألف القناة المعدية المعوية (السبيل الهضمي) من مجموعة من الأعضاء المسؤولة عن تناول الأطعمة وهضمها؛ وهي تتضمن الأعضاء الممتدة من الفم وحتى المستقيم، ويشكل كل منها جزءاً من هذا الجهاز. وتُصنّف التفاعلات الأرجية (التحسسية) التي تحدث أو تؤثر في هذه الأعضاء تحت عنوان "أرجية الجهاز الهضمي Allergy of the Digestive System".

تُمَارِسُ الوراثة دوراً كبيراً في هذا النمط من الأرجية (التحسس)؛ وهي، مثلها مثل الربو والشقيقة والصُّدَاعِ وحُمى الكَلَأِ وأرجية الجلد، تظهر مثل هذه الأرجيات بشكل متكرر في العائلات غالباً. كما يمكن غالباً تتبع الأصل الوراثي لهذه القصة الأرجية عند المريض الذي يعاني من هذا النمط من الأرجية بالرُّجُوع إلى الأم أو الأب أو الأخوة والأخوات. ويمكن أن تحدث الأرجية لمادة غذائية مُفَرَّدة، مثل الحليب أو البيض أو السمك أو البصل، في جيلين إلى أربعة أجيال متتالية.

تختلف أعراض التحسس بين المرضى، وهي تعتمد على عوامل عديدة، مثل حالة الجهاز المناعي ودرجة إصابة الأعضاء والأجهزة والعمر ودرجة الوراثة.

■ يمكن أن تتظاهر أرجية الجهاز الهضمي. أو أن تعبر عن نفسها بأعراض مختلفة: التطفُّل والألم في البطن، التهاب الزائدة، والإحساس بالحرق (الألم الحارق) في المعدة، التهاب المعدة والتجشُّؤ، التَّرَفُّ من أيِّ جزء من القناة الهضمية، التهاب الرِّئَج، تَشَنُّج المريء، حُرقة الفؤاد Heart burn، الفتق الحجابي، نَقُوط شحمي تلقائي Celiac disease، (داء كرون Crohn's disease الذي يُسمِّك جدران الأمعاء) متلازمة القولون المتهيج، متلازمة الأمعاء المُسرَّبة (Leaky gut syndrome)، التهاب البنكرياس، التقرُّح الهضمي والتهاب القولون التقرُّحي Ulcerative colitis.

■ القَهَم (فَقْد الشهية)، القَهَم العُصايبي Anorexia nervosa، تَقْرُح الفم، قَرَحَات الزُّكَّام (هَرَبِسُ الحُمى) Cold sores، نَفْطَات الحُمى Fever blisters، التَّهَوُّع Gagging، كَتْلَة فِي الحَنجَرَة (الشُّعُور بِكَتْلَة فِي الحَنجَرَة)، البَخَرُ (تَنَنُ النَّفْس) Halitosis، داء السلمونيلا Salmonellosis، الغثيان والقَيْء.

■ الإِمْسَاك، الإِسْهَال، انخسار الغائط، حَكَّة الشرج وَعَدْوَى الخمائر... إلخ. ورغم أَنَّهُ غَالِباً مَا يَكُونُ الطَّعَامُ أَوْ الْمَوَادُّ الْمَوْجُودَة فِي الْبِيئَة الْمَحِيطَة هِيَ السَّبَبُ، لَكِنَّ التَّفاعِلَاتِ الْأَرْجِيَّةَ لِهَذِهِ الْمَوَادِّ لَا تَكُونُ مَحْدُودَةً بِالقَنَاةِ الْمَعْدِيَّةِ الْمَعْوِيَّةِ فَقَطْ؛ فَعَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ، يُمْكِنُ أَنْ يَسَبِّبَ الْبِيضُ الشَّرِي أَوْ الطَّفَحُ الْجِلْدِي أَوْ الرُّبُو أَوْ الصُّدَاعُ أَكْثَرَ مِنْ أَنْ يَقتَصِرَ تَأثيرُهُ عَلَى إِحْدَاثِ أَرْجِيَّةِ الْجِهَازِ الْهَضْمِي وَحْدَهَا. كَمَا يُمْكِنُ أَنْ تَسَبِّبَ أَرْجِيَّةُ السَّبِيلِ الْهَضْمِي تَوْرُماً وَحَرَقَةً فِي الْفَمِ وَاللِّسَانِ أَوْ التَّهَابَ الْقَوْلُونَ أَوْ عَسَرَ الْهَضْمِ أَوْ الْمَعْصِ أَوْ أَغْرَاضاً مَرَارِيَّةً أَوْ أَغْرَاضاً تُشَبِّهُ أَغْرَاضَ الْقَرَحَةِ الْمَعْدِيَّةِ أَوْ الْإِثْنَاعَشْرِيَّةِ، أَوْ أَغْرَاضاً تُقَلِّدُ التَّهَابَ الزَّائِدَةَ أَوْ آيَةً حَالَةً بَطْنِيَّةً مَذْكُورَةً سَابِقاً. وَتُشَبِّهُ أَغْرَاضُ بَعْضِ التَّظَاهِرَاتِ الْأَرْجِيَّةِ أَغْرَاضَ التَّهَابِ الْمَرَارَةِ وَالتَّهَابِ الزَّائِدَةِ وَالْقَرَحَاتِ الْهَضْمِيَّةِ وَأَمْرَاضَ بَطْنِيَّةٍ أُخْرَى بِحَيْثُ نَجِدُ أَنَّ كَثِيراً مِنْ هَؤُلَاءِ الْمَرْضَى قَدْ خَضَعُوا لِعَمَلِيَّاتٍ جَرَّاحِيَّةٍ لَا دَاعِيَ لَهَا، مَعَ مَا يَتَّبِعُ ذَلِكَ مِنْ مَعَانَاةٍ وَكَلْفَةٍ مَادِّيَّةٍ. وَيَنْدُرُ أَنْ تُظْهَرَ مِثْلُ هَذِهِ الْمُعَالَجَاتِ - وَلِلْأَسَفِ - السَّبَبُ الْحَقِيقِي لِهَذِهِ الْأَغْرَاضِ؛ وَبِذَلِكَ يَتَعَرَّضُ الْمَرِيضُ لِلتَّكْسَرِ بَعْدَ الْعَمَلِيَّةِ الْجَرَّاحِيَّةِ مَبَاشَرَةً (وَأَحْيَاناً قَبْلَ ذَلِكَ)، مِمَّا يُوَدِّي إِلَى جَعْلِهِ فِي حَالَةٍ أَسْوَأَ مِنْ ذِي قَبْلِ.

وَهَنَّاكَ مِثَالٌ عَلَى ذَلِكَ، مِثْلَمَا شُوهِدَ مِنْ قَبْلِ أَحَدِ اخْتِصَاصِي الْأَرْجِيَّاتِ (التَّخَسُّسِ)، يُمْكِنُهُ أَنْ يَسَاعِدَ عَلَى إِعْطَاءِ الْقَارِئِ فِكْرَةً عَنْ هَذِهِ الْعَمَلِيَّةِ؛ وَهَذَا الْمَثَالُ هُوَ امْرَأَةٌ تَعَانِي مِنْ حَالَةٍ أَرْجِيَّةٍ جَرَى تَشْخِيصُ حَالَتِهَا عَلَى أَنَّهَا التَّهَابُ مَرَارَةً مَزْمَنَ وَحَصِيَّاتٍ مَرَارِيَّةٍ وَالتَّهَابُ زَائِدَةً، وَكَانَتْ تُعَانِي أَيْضاً مِنَ الرُّبُو وَحُمَّى الْكَلَأِ؛ وَلَمْ يُمَيِّزِ الْجَرَّاحُ الْعِلَاقَةَ بَيْنَ هَذِهِ الْحَالَاتِ وَالْأَلَمِ الْبَطْنِيِّ لَدَيْهَا؛ وَأُجْرِيتْ لَهَا عَمَلِيَّةٌ جَرَّاحِيَّةٌ بِنَاءً عَلَى الْأَغْرَاضِ الْبَطْنِيَّةِ، وَجَرَى اسْتِصْالُ مَرَارَتِهَا رَغْمَ أَنَّهَا كَانَتْ طَبِيعِيَّةً وَلَا تَحْوِي حَصِيَّاتٍ. وَاسْتَمَرَ حَدُوثُ هُجَمَاتِ الْأَلَمِ الْمَرِّحِ لَدَيْهَا فِي نَاحِيَةِ الْمَرَارَةِ مَصْحُوبَةً بِصُّدَاعٍ شَدِيدٍ وَقِيءٍ كَمِّيَّاتٍ كَبِيرَةٍ مِنَ الْمَخَاطِ الْمَمْرُوجِ بِالْصَفْرَاءِ مَعْدَلٌ مَرَّةً فِي الشَّهْرِ تَقْرِيباً.

استجابتي للمعالجة الأولى بطرائق بزلالة التحسس بحسب نامبودريباد لمزيج البيض

جرت معالجاتي تجاه مزيج البيض (بياض "آح" البيض، مُح البيض، اللُجاج، التتراسيكلين، ومزيج الريش) في زيارتي الأولى للككتورة ديفي نامبودريباد Devi Nambudripad؛ وأُثبتت تعليماتُ الحماية (النظام الغذائي) وأُجريت ترتيبات لكي أنام بعيداً عن الوسائد واللُحف المحتوية على الريش. وقد شعرتُ بالاختناق لكوني قد كنتُ أُحيط نفسي كلَّ ليلة بمصدرٍ مُسببٍ للشعاعلات الأرجنية (التحسسية). ولاحظتُ في تلك الليلة زيادةً عدد مرّات التبوّل دون زيادة في حاجتي إلى تناول السوائل. واستيقظتُ في الصباح التالي دونما احتقان أو غطاس أو تشوُّش. ونظرت في المرآة، فلاحظتُ أنّ عينيّ صافيتين وتبرقان. وشعرتُ بوجود طاقة كبيرة رغم أنّي كنتُ هادئة. ولاحظتُ أيضاً أنّني قد نمتُ 3 ساعات أقلّ من الفترة التي اعتدتُ أن أنام فيها، وكان نمطُ نومي طبيعياً دون شعور بالتعب والضعف في الرأس في أثناء النوم. وتناولتُ عند الغداء ببنزاً اللجاج المشوي بعد أن امتنعتُ عنها لفترة 25 ساعة. ولاحظتُ زيادة حاجتي إلى التبوّل، وكذلك زيادة استجابة الأمعاء لديّ. وشعرتُ وكأنّ جسمي يتخلّص من السموم. وفي الليل، غنّتُ إلى وسائتي الرئيسية (المحسّنة بالريش) وفراشي العادي وأنا أتماسل هل ستصمد المعالجة التي تلقّيتها؟ وكيف سيكون حالِي عند الاستيقاظ؟ وكانت النتيجة أنّي استيقظتُ صليحاً - من دون أعراض - بعد خمس ساعات فقط من النوم، رغم أنّي كنتُ محاطاً بالضادات Antagonists السابقة، وأعدتُ اختبار المزيج التحسسي EGG MIX بعد أربعة أيّام من المعالجة، وكانت النتائج سلبية - أي لم توجد استجابة أرجية.

لديّ حماسية شديدة وتناغم مع جسدي ومشاعري، ولديّ قصة استجابة سريعة للوخز الإبري والمعالجات المثلية Homeopathic treatments عندما تُعطى بشكل مناسب. ولا تزالُ تجربتي الأولى مع طرائق بزلالة التحسس بحسب نامبودريباد NAET متماشية مع التوقعات المنتظرة من طرق المعالجة الناجحة. وسوف أستمُرُ في الحفاظ على سجلّ استجابتي للمعالجة من أجل التقييم.

وبعد أن استمرّت معاناتُها من هذه الأعراض مدّة عامين تقريباً، خضعت لعملية جراحية ثانية لتجد فقط أن ليس هناك حصيّات مرارية هذه المرة أيضاً؛ فزادت الأعراضُ سوءاً وشدّةً، مع قصر الفترة التي تكون فيها المريضة مرتاحة من الألم. وبذلك بقيت هذه المريضة عاجزةً وحبيسة الفراش لفتراتٍ طويلة خلال مدّة

11 سنة، وعانت الألم الشديد المتواصل؛ وخضعت خلال هذه الفترة لخمس عمليات جراحية كبيرة في محاولة لشفاء الألم الشديد في منطقة المرارة، وباءت كلها بالفشل. وبعد 11 سنة أخرى، تطلبت حالتها حقن المورفين تحت الجلد مرتين أو ثلاث أسبوعياً لتسكين الألم عندها.

وخلال هذه الفترة، تلقت هذه المريضة الرعاية الطبية من قبل أكثر من 12 طبيباً مختلفاً، عاجلواها من أجل ألم المرارة، إما بالجراحة أو بحقن المورفين. وباستثناء الجراح الأخير الذي أحالها إلى اختصاصي أرجيات، لم يضع أحد من السابقين في حسابه وجود صلة بين أعراض حمى الكلا والربو والأعراض الأخرى لدى هذه المريضة، أو بين الألم في المرارة والأعراض الأرجية. وازدادت الجرعات المطلوبة من المورفين لتخفيف الألم عند المريضة إلى درجة أدت إلى أن يعدها أطباؤها مدمنة على المخدرات. وأخيراً، تسنى لاختصاصي الأرجيات أن يزيل ألمها من دون مخدرات، وذلك باستعمال الأدرينالين.

طلبت المريضة إجراء عملية جراحية أخرى، ولكن الجراح ميز هذه المرة أن الحالة كانت أرجية، وأحالها إلى اختصاصي في الأرجيات. وأشارت نتائج الاختبار لديها إلى أنها كانت تتحسس تجاه أطعمة عديدة. وكانت أكثر المواد المسببة للأرجية لديها: السمك والجبن والبرتقال والسبانخ والقمح، وكانت لديها أيضاً أرجية تجاه عدد من المواد المستنشقة، مثل غبار الطلع والغبار، وجرت معالجتها بالعلاج المزيل للتحسس تجاه المستأرجات المعروفة. وبدأت تخفُّ الأعراض لديها تدريجياً، وأصبحت تستمتع بفترات تمتد لعدة أيام خالية من الألم.

وأخيراً، عادت لتصبح قادرة على القيام بأعمالها المنزلية وحدها، ولم تعد بحاجة إلى حقن المورفين. وبعد ذلك بعدة سنوات، سمعت عن طرائق بإزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET. وبعد سنتين من المعالجات المنتظمة (جلستين إلى ثلاث أسبوعياً)، أصبحت قادرة على استئناف حياتها الطبيعية؛ وأمنت لنفسها عملاً في مصنع طائرات، وأصبحت تعمل فترة ثماني ساعات أو أكثر. وبالرغم من أن عدداً من الأطباء أعطوا رأيهم بأنها ستبقى عاجزة بشكل دائم، فقد استعادت عافيتها بشكل كامل بعد أن تلقت المعالجة بطرائق بإزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

إنَّ نمطَ الخلايا المخاطية التي تُشاهدُ في الأنفِ والحلق والأنابيب القصبيَّة تُشكِّلُ أيضاً بطانةَ المرارة والقنوات التي تنقلُ مُفرزاتها إلى الأمعاء الدقيقة. ولهذا السبب، يمكن أن تُسبَّبَ التفاعلات الأرجية الشديدة في المرارة إفرازاً غزيراً للمخاط. وتشنُّجَ المرارة وقنواتها، بالإضافة إلى أجزاء أخرى من القناة الهضمية، تحدثُ بالآية مُشابهة لآية حدوث التشنُّج في القصبات.

ولكن، وللأسف، لا يمكن التَّغويلُ أو الوثوق بنتائج الاختبارات الجلدية ولا الاختبارات داخل الأدمة في تحديد الأرجيات (الحالات التحسُّسية) عندَ المريض عندما تأخذ أعراضُ الأرجية الهضمية (المعدية المعوية) شكلاً صُداً نصفياً (شقيقة)، أو في حالة وجود بعض الحالات الأرجية الأخرى. لذلك، لا يتمكَّن اختِصاصيو الأرجية في الغرب من تحديد - بغضِّ النظر عن العلاج - أسباب العُدِيد من الحالات الأرجية الغذائية. وتكونُ اختبارات الاستجابة العضلية هي الوسيلة الوحيدة لتَشخيص الأرجية (التحسُّس). ولا تفيدُ الحُمُيات (الأنظمة الغذائية) التي تعتمدُ على حَذْف الأطعمة أو آية طرق اختبارية أخرى.

وفي حالة مُشابهة أخرى، جَرَى فَحْصُ امرأة في الثلاثينات من عمرها في عيادتنا، كانت تشتكي من ألمٍ شديد تحت منطقة المرارة مع الشُّعُور بالخدر في كامل الجهة اليسرى. أحياناً، كانت تتعرَّضُ أيضاً لألمٍ وشعور بعدم الراحة تحت الحجاب الحاجز. وبالإضافة إلى ذلك، كانت تعاني من تطبُّلٍ شديد في البطن قبل حدوث الطمث وعُسْر هضم وإحساس بوجود كتلة في الحلق، وهجمات متكرِّرة من نقص غلوكوز (سكر) الدَّم. وحدث لديها أيضاً شلُّ بلْ Bell's palsy متكرِّر في الجهة اليمنى من الوجه، ولم تكن قادرةً على إغلاق عينيها أو التكلُّم بشكل صحيح.

وقبل عامين، أجرت هذه المريضة عمليةً لاستئصال المرارة؛ وكانت - والله الحمد - قد خضعت لعمليةً واحدة (وليس مثل الحالة السابقة). وعندما أتت إلى عيادتنا، وجدنا أن لديها أرجيةً للذرة والقمح واللحوم والسكر والبولتاسيوم والحليب، وأيضاً للقطن والبوليستر والنايلون أيضاً. وقد خفَّ الألم تدريجياً لديها عندما خضعت للمعالجة بطرائق بإزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. وبعد ستة أشهر من المعالجة، أصبحت امرأةً جديدة، ولم تُعَدُ تشعر بأيِّ ألم أو انزعاج، ولم تُعَدُ تحدث لديها نوباتُ نقص سكر

الدم. ورغم أنها ظَلَّت تُعاني من الأرجية (التحسس) للمواد غير المعالجة حتى الآن، لكنَّ رَدَّةَ الفعل لديها أصبحت أقلَّ شِدَّةً وأقصر مدَّة. وإضافةً إلى ذلك، قد تعلَّمت المريضة، من خلال حضورها محاضرات (حلقات دراسية) تثقيفية شهرية، أن تحتبر نفسها للأرجيات، وأصبحت قادرةً على تحديد المستأرجات قبل أن تصبحَ بتماسٍ معها.

أرجية الفستق

فتاةٌ في التاسعة من عمرها تُعاني من أرجية (تَحسُّس) للفستق منذ طفولتها الباكِرة. وكانت هذه الطفلةُ حذرةً ولا تأكل ولا تلمس الفستق. وفي أحد الأيام، كانت تحضرُ حفلاً عندَ صديقتها، وتناولت قِصمةً من حلوى الخُطْمِيَّة المتفتحة Marshmallow puff والتي كانت قد أضافت المِصْفِيَّة لها زبدَةَ الفستق من أجل الطَّعم. وبعدَ القِصمة الأولى، حدثَ لديها تفاعلٌ (رَدَّة فعل) شديد، ولم تُعدَّ قادرةً على التنفُّس، وتشنَّجت القُصَيَّاتُ عندها، ولم ينفعَ بخاخُ الفنتولين Ventolin spray الذي كانت تحمله والدُّتها في محافظتها للحالات الطارئة، حيث كانَ تشخيصُ الربو لدى الطفلة معروفاً. ودخلت الطفلةُ في غيبوبة (سُبات) قبلَ وصول المساعدة الطبيَّة، وذلك بعدَ عدَّة دقائق من تناولها حلوى الخُطْمِيَّة، حيث تناولت قِصمةً واحدة فقط، ودخلت في صراعٍ بين الحياة والموت. وتُظهِرُ هذه الحالةُ أنَّ الحِمَيَّات التي تعتمد على استبعاد (حَذْف) أو تبديل أنواع الأغذية لا تفيد عندَ المرضى من ذوي الأرجية العالية، حيث يمكن أن يعاني هؤلاء المرضى من حالات مُهدِّدة للحياة عند تناولهم لقمة واحدة فقط من المستأرج، ولو لمرةً واحدة في حياتهم.

ظَلَّت الفتاةُ في حالة غيبوبة لمدَّة ثلاثة أشهر. وكانت قد جُرِّبَتْ جميعُ أنواع العلاجات الطبيَّة الغريبة دون أيَّة نتيجة إيجابِيَّة. وقادَ اليأسُ والديها إلى محاولة معالجتها بالوخز بالإبر. وبعدَ ذلك بحوالى 10 أيام، خرجت من الغيبوبة (استعادت وعيها)، وكانت عمياء وتتكلمُ بطريقة غير واضحة (متلعثمَّة)، وكان هناك رخاوةٌ في جسمها، ولم يكنْ باستطاعتها المشي أو الجلوس وحدها. وقد تَلَقَّت الطفلةُ العلاجَ بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد تجاه لفستق ومستأرجات أخرى متنوِّعة لمدَّة ثلاثة إلى أربعة أشهر. وفي نهاية هذه الفترة، بدأت بالمشي وحدها، وأصبحَ كلامُها أوضح، وبدأَ نظرُها بالتحسُّن، وعادَ إلى طبيعته خلال 13 شهراً بعدَ إتمام المعالجة.

غذوى الأذن

عانت نيشيا Nithya منذ ولادتها في 20 كانون الأول/ديسمبر 1997 من الزكام والحمى وغذوى الأذن. وعولجت بتطبيق طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، الأمر الذي أدى إلى اختفاء غذوى الأذن وتخلصها منها بشكل رائع. وشهد نيشيا دليلاً أو شاهداً حياً على تأثيرات علاج إزالة الأرجية أو التحسس للدكتورة ديفي نامبودريباد Devi Nambudripad، حيث كانت الطفلة موضوعة على علاج بالمضادات الحيوية التالية: الأموكسيسيلين Amoxicillin والسيفيسيل Cefcil والأوغماتين Augmentin لمدة 7 أشهر باستمرار. بعدها عولجت نيشيا للمرة الأولى على يد الدكتورة نامبودريباد في 16 كانون الثاني/يناير 1999 تجاه مزيج الكالميوم (الذي تضمن حليب الثدي وحليب البقر وحليب الماعز). وبعد العلاج لمدة 25 ساعة، توقفت سيلان أنفها وتوقف الزكام وغدوى الأذن مباشرة؛ ثم جرت معالجتها تجاه مزيج البيض وخليط الفيتامين C وخليط الفيتامين ب المركب B complex وخليط المسكر وخليط الحديد على أسس مجموعات طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد. ونحن سعداء للغاية بالنتيجة في الأشهر الستة الأخيرة، حيث اختفى الزكام والحمى وسيلان الأنف والسعال وغدوى الأنف لدى الطفلة، وأخذت تنمو بشكل بشكل صحي. وعندما شاهدها طبيب الأطفال المشرف عليها الدكتور ميشيل كاتر Dr Michael Cater في الأسبوع الماضي في 21 حزيران/يونيو 1999 من أجل فحص ما إذا كانت تتمتع بصحة جيدة، أقر بأن حالتها كانت ممتازة، وسجلت معدل (نقاط) 95 ٪ في جميع النواحي، أو لنقل 9.5 على مقياس من 1-10، وأصبح عمر الطفلة الآن 18 شهراً. ولكن الشيء الوحيد الذي نأسف له أننا لم نأخذها إلى الدكتورة نامبودريباد بشكل أبكر. ونأمل أن تخدم حالة نيشيا كرسالة إلى الآباء الآخرين الذين لديهم طفلة مثل نيشيا تعاني مشاكل متنوعة. ونقول لهم رجاءً ابحثوا عن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد لتعالجوا أطفالكم، حيث يمكن أن يستعيد أطفالكم صحتهم مباشرة، ويمكنكم أنتم أيضاً أن تعيشوا بسلام.

وفي حالة مشابهة، ولكن أكثر مأساوية، كان الفستق مسؤولاً عن موت طفل صحيح الجسم معاف، عمره 12 سنة، في أواسط غرب الولايات المتحدة. وبالرغم من أن الطفل كان يعرف أن لديه أرجية للفستق، فقد تناوله بالخطأ، حيث كان ضمن مكوّنات أحد أنواع الحلويات التي قدّمت بعد إحدى المباريات. وقد تُوفي الطفل نتيجة صدمة تأقية بعد وصوله إلى المستشفى بوقت قصير.

يوجد نشاء الذرة Cornstarch في أطعمة كثيرة وفي الصلصات، وهو مستأرج قوي جداً، ويمكن أن يتظاهر بأعراض مختلفة حسب الأشخاص. وكقاعدة، هناك عدد قليل جداً من الناس خالين تماماً من الأرجية للذرة أو نشاء الذرة.

عانى طفل في التاسعة من عمره من نوب معصٍ شديد وشرى غطى كامل جسمه، بعد تناوله بعضاً من رقائق الذرة. كما عانت مريضة عمرها 45 من خراجات مستمرة في الثدي وآلام مفصليّة متعددة وعدوى بالخمائر وآلام بطنيّة ومتلازمة سابقة للحَيْض شديدة، وكلّها كانت بسبب أرجية الذرة ونشاء الذرة؛ واضطرت طفلة أخرى في التاسعة من عمرها تعاني من الربو إلى استعمال جهاز تنفس كل ساعتين حتّى تخلّص جسمها من آثار أرجية نشاء الذرة. وتحسّنت كثيراً من حالات صداع الشقيقة بعد تلقي العلاج تجاه نشاء الذرة. كما عانت ممرضة عمرها 28 عاماً أيضاً من خَدَر (تَمَل) في الجانب الأيسر من جسمها؛ وأصيب رجل بعمر 34 سنة بتشوُّش في الرؤيا، بالرغم من ارتدائه النظارات؛ وتعرّض صبي في الرابعة عشرة من عمره لنوب صرعية متكررة. وشُفيت كل هذه الحالات بعد العلاج من أرجية نشاء الذرة.

عندما يولّد الأطفال الرضّع، تجري تغذيتهم بشراب الذرة مع الماء اعتباراً من اليوم الأول، وذلك ما يُفسّر ردّة الفعل الشديدة لديهم تجاه الذرة عندما يكبرون؛ فنحن نحلب مرضنا بأنفسنا عندما نتناول المستأرج في سنٍّ باكراً؛ وبذلك نحمل أجسامنا حملاً زائداً من السُّموم. هذا، وتُسبب أرجية الذرة ونشاء الذرة العديد من الأعراض المفصليّة. ويستجيب كلٌّ من التهاب المفاصل والعظام والتهاب المفاصل النقرسي، وما يُسمّى التهاب المفاصل الجسدي النفسي، بشكلٍ جيّد لعلاج أرجية نشاء الذرة.

تلقّ الفستق Peanut Anaphylaxis

عانى كلٌّ من ابنتنا هارفور Haarnoor وابنتنا نوشار Nausher من أرجية لزبدة الفستق، واحتجنا إلى نقلهما إلى قسم الإسعاف عدّة مرّات. لمجرّد أنّهم استنشقوا رائحتها، كانوا يذهبون إلى المستشفى. ونحن لا نكتفي بالشكر للكثيرة نامبودريدا، ولكننا معتنون لها. ويتناول ابنتنا وابنتنا حالياً الفستق من دون أن تحدث لديهم تفاعلات أرجية (تحسّسية). وإذا كان هناك طريقة يمكننا فيها تقديم المساعدة، أو إذا أردنا أخذ الاتصال بنا، فسنكون في غاية السعادة لدعمه، ونحن مستعدون لتوقيع أوراق ثبوتية (وثائق) لإثبات ذلك.

قَرَحات آكلة CANKER SORES

تُصَنَّفُ القَرَحَةُ الآكِلَةُ على أَنَّها أَرَجِيَّةٌ في القَنَاةِ المَعْوِيَّةِ، ويسببها بشكل رئيسي الأَرَجِيَّةُ بسبب الأطعمة والأدوية واللَّدائن (البلاستيك)، كما هي الحال في البدلات السنيَّة. ويستجيبُ بعض الناس إلى الأملاح المختلفة والبهارات، وتظهر هذه التفاعلاتُ (ردَّات الفعل) على شكل قرحة آكلة. ويمكن لأيِّ طعام أن يكون مسؤولاً بشكل عملي عن القرحة الآكلة (بالرغم من أن البيض والشوكولاته والذرة وبودرة (خميرة) الخبز Baking powder وصودا الخبز Baking soda والملح والمكسَّرات والحليب تُعدُّ من أكثر المواد المسؤولة عن إحداث الأَرَجِيَّةِ. ويكونُ سببُ القرحة الآكلة طعاماً واحداً محدداً غالباً، كما هي الحال عند رجلٍ ظهرت لديه نَفَطات عند تناوله لمثلجات الشوكولاته. ويتفاعل بعضُ الأشخاص للعاهم أحياناً، حيث يمكن أن يُسببَ لعابُ الشخص نفسه قرحة آكلة ورائحةُ نَفَسٍ كريهة. كما يشعرُ بعضُ الناس أيضاً بطعمٍ كريه في الفم نتيجة أَرَجِيَّةٍ تجاه لعاهم. ويمكن في بعض الأحيان أن تُسببَ الأَرَجِيَّةُ لفرشاة الأسنان وغسول الفم و/أو معجون الأسنان قرحة آكلة ومرض اللثة وتراجع اللثة (اللثة الخانسة)، وتشقُّقُ الشفتين وزوايا الفم، وألم الأسنان.

عانى شابٌ عمره 24 سنة من قرحة آكلة شديدة مؤلمة بسبب الأَرَجِيَّةِ للحليب ومُنتجاته (مشتقاته). وعانت فتاةٌ في الخامسة عشرة من عمرها من قرحة آكلة شديدة، بالإضافة إلى شرى وألم بطني وتورُّم في اللسان والغُدَد في العنق. وكان المسؤول عن حالتها البيضُ والحليب.

تترافقُ قارحةُ الفم في الكثير من الحالات مع أعراض أَرَجِيَّةٍ أكثر شدة، مثل حالة امرأة تُعاني من صداع مُتكرِّر واضطرابات معدِّيَّة معويَّة وعُد (حب شباب) وقرحة آكلة بشكل مستمر تقريباً لمدة عدَّة سنوات، وكان العنبُ والشَّمَام (البطيخ الأصفر) سببَ مشكلتها. بما أنها كانت غافلة عن سبب مستأرجاتها، فقد تعوَّدت منذ طفولتها أن تتناول كأساً من عصير العنب كلَّ يوم.

يحدثُ تشقُّقُ الشفاه وزوايا الفم بشكل مُتكرِّر كمظاهر لأَرَجِيَّةِ المواد الغذائية. وقد حدثت بعضُ حالات التهاب اللثة وتقيُّح اللثة Pyorrhea (التهاب اللثة مع نجيح (تفريغ) قيحي وتخلخل الأسنان) نتيجة الأَرَجِيَّةِ للحليب والحديد

والفيتامين C (بالرغم من أنها يمكن أن تحدث بسبب الأرجية لمواد أخرى). كما تناولت مريضة بعمر 66 سنة بعض الأفوكادو الطازج المغطس خلال وليمة طعام مكسيكي؛ وبعد ساعة أصيبت بألم في الرحى الأولى العلوية اليسرى، وظهر أن لديها أرجية تجاه عصير الليمون في مغمس الأفوكادو.

الأرجية للسّمك

قد حصلت على بعض النتائج التي لا تُصدق من علاجات الدكتور ديفي. وقد كنت أعاني من جميع أنواع الأرجية طوال حياتي، وقد تعلمت أن أتعايش مع الأمر، حيث كانت هذه النصيحة الوحيدة التي تلقيتها من طبيبي؛ ولقد أجرى لي اختبارات للأرجية، ولكن لم يكن هناك أي شيء ذي أهمية في التقارير (والنتائج). وكان يحدث لدي طفح على وجهي، وتورم شفاتي وعيناي وأصاب بالحكة. وبعثني الأطباء أدوية ومراهم، فتراجع الأعراض تدريجياً عند استخدامها خلال بضعة أسابيع، وما تلبث أن تعود لتظهر ثانية. ولم يعرف أحد من أطبائي مشكلتي الغامضة. وتعرضت في الآونة الأخيرة لألم في الظهر بين كتفي، وأصبح الألم حاداً، وظهر الأمر وكأنني أعاني من كسر ضلع أو شيء آخر، وكان القطعة المكسورة تضغط على بقعة واحدة من جسمي. ولم يكن باستطاعتي الشعور بالراحة في أية وضعية. وكنت وقتها في الساحل الشرقي، وذهبت إلى عدة أطباء هناك. وبعد الفحوص وصور الأشعة، وصفوا لي علاجاً يتضمن كمادات packs ساخنة وباردة ومسكنات للألم. ولم أشعر بالراحة، وبقيت في حالة من الألم المبرح لعدة أيام.

وعندما علت إلى كاليفورنيا، نصحتني أحد الأصدقاء بالذهاب إلى الدكتور ديفي. وبعد فحصها وتقييمها لي، وصلت إلى التشخيص خلال ثوانٍ قليلة: وكان هو الأرجية تجاه المحار! ولم يحتاج الأمر إلى إجراء صور شعاعية ولا إلى اختبارات مكلفة وطويلة الأمد، كما لم تصف لي مسكنات الألم، بل اقتصر الأمر على المعالجة بطرق إزالة التحسس بحسب نلمبوربيد البسيطة لمنطقة الصدود الفقري مع عينة من سرطان البحر (الإربيان) lobster في قارورة زجاجية صغيرة في يدي. وبعد الوخز الإبري (الضغط الإبري) في معالجة طرائق إزالة التحسس بحسب نلمبوربيد على ظهري (ربما لمدة دقيقة أو دقيقتين)، طلبت مني الدوران والاستلقاء على ظهري. وإنه أمر مذهل! لقد زال الألم بشكل كامل في غضون بضعة دقائق. وبعد تطبيق العلاج لمرة واحدة على ظهري، بدا الأمر كالمعجزة، ولم يعد هناك أي ألم. لذلك، أتمنى أن يتعلم جميع ممارسي الطب في جميع أنحاء العالم هذه المعالجة بشكل عاجل، حيث يمكن أن يعيش الكثير من الناس من دون ألم، وكما قلت سابقاً إنه أمر لا يُصدق.

يمكن أن تُسبب الأرجيات الطعمية التهاب الحلق (البلعوم) أو إفرازاً لمخاط ملتصق ولزج. هذا، ويقوم المرضى الذين يعانون من هذه التظاهرات (المظاهر) الأرجية النوعية بتنظيف حلقهم عدة مرات، ويسعلون ويحاولون جرّ المخاط إلى الأسفل من المجاري الأنفية الخلفية، مُحاولين التخلص من الإحساس بالاحتقان. ويكون هذا الاحتقان شديداً جداً في بعض الأحيان بحيث يُسبب شعوراً لدى المريض بأن شيئاً ما كبيراً محشوراً في حلقه (بلعومه) ويسدُّ المجرى (يجرى البلعوم). ويُعاني مثل هؤلاء المرضى من نوم مضطرب وغير مريح.

تناولت امرأة في الثانية والأربعين من عمرها سمك "التروته" المخطّط Smoked rainbow trout في منزل أصدقائها. وبعد ساعة، بدأت تشعر بألم في الحلق عندما كانت تقود سيارتها عائدةً إلى منزلها. وخلال ساعتين، بدأت تسعلُ وأصبح لديها إفراز لزج في حلقها، وكان من الصعب التخلص منه. حاولت حل المشكلة بتناول بعض مضادات الهيستامين ومضادات الاحتقان في المنزل، ولكن من دون فائدة. وبقي سيلانٌ من خلف الأنف يزداد سوءاً. واستيقظت حوالى الثالثة صباحاً، وهي تعاني من صعوبة في التنفس. واستمر ذلك حتّى الساعة الخامسة صباحاً، حيث عادت للنوم ثانية، علماً بأن الفترة بين 3-5 صباحاً لها علاقة بالخط الرئوي Lung meridian. وخلال النهار، كانت تسعلُ وشعرت وكأنّها تعاني من نزلة برد، وظنّت أن الأمر كان ردّة فعل نتيجة تناول سمك التروته المرقط المدخن، وبعد تسعة أيام من المعاناة، طلبت من أصدقائها أن يحضروا قطعة أخرى من سمك التروته المرقط للتجربة. وقد عولجت المريضة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد تجاه سمك تروته المرقط المدخن، وشعرت بالراحة في حلقها حالاً؛ وخلال عدة ساعات، أحسّت بأنّها طبيعيّة ثانية.

أرجية المحار

يدخل معظم الناس إلى المستشفى بسبب أرجية السمك التي يمكن أن تكون قاتلة. تُستعمل محافظ (كبسولات) زيت السمك بشكلٍ عام لإنقاذ

الكوليسترول وتحسين الدوران. ويعاني بعضُ الناس من حساسية شديدة للسّمك والمحار. عادَ رجلٌ عمره 37 سنة من المكسيك بعد قضاء عطلةٍ لمدة أسبوعين. واستيقظَ عند الساعة السادسة صباحاً، وأسرع إلى ملعب التنس ليُمارِسَ هذه الرياضة كالعادة؛ وعندما كانَ يقوم بالإحماء، شعر بتشنُّجٍ عضلي توضع في البداية عند ركبته اليمنى، وبدأ يتحرَّك باتجاه الأعلى نحو الفخذ اليمنى ومفصل الورك، ثم إلى أسفل ظهره؛ وبعدها وقعَ على أرض الملعب، ولم يعد قادراً على الوقوف؛ وتطلَّب الأمرُ حمْلَه إلى أقرب مركزٍ طبيٍّ حيث أُعطي مُرخياً عضلياً ومسكّنات وعلاجاً لدقائق قليلة؛ ولكن بعد ذلك، عادَ التشنُّجُ العضلي ثانياً وبشكلٍ شديد جدّاً؛ وكانت أخته قد تلقت من قَبْلُ علاجاً بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، فأحضرتَه إلى عيادتنا. وقد تبَيَّنَ من القصَّة المرضيَّة بأنَّه كانَ قد تناولَ محارَ أُذن البحر Abalone shellfish مصفوفاً (في صف واحد) قبلَ مغادرته المكسيك بثلاثة أيَّام. وكانت تلك المرَّة الأولى التي قد تناول فيها محارَ أُذن البحر. وقد زالَ الألمُ والتشنُّجُ العضلي والانزعاج بشكلٍ كاملٍ في أقل من 5 دقائق بعد تلقيه المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد تجاه محار أُذن البحر.

عائى فيل Phil، وعمره 65 سنة، من ألم وآفات تشبه الحلأ النطاقي Shingles-like lesions على الجهة اليسرى من ظهره لمدة ستَّة أشهر على الأقل. وقد جرى تشخيصُ حالته من قِبَل طبيب اختصاصي بالأمراض الداخليَّة، وعولج ببعض الأدوية. وقد قمتُ بمعالجة فيل Phil تجاه الأرجيَّات منذ حوالي ست سنوات، وقد تحسَّنت حالته من الأرجيَّات الأنفيَّة الموسميَّة. وفي أحدِ الأيَّام، كانَ قادمًا لاصطحاب زوجته التي كانت تُعالج في عيادتي؛ فدخَلَ ليخبرني عن مشكلة جديدة كانَ يعاني منها في الأشهر الستَّة الأخيرة، إذ كانَ يعاني من ألمٍ مبرِّحٍ طوال الوقت، وكانَ النومُ بالنسبة له مستحيلاً حتَّى مع تناول المنوَّمات (الأدوية المنوَّمة).

طلبت منه، بدافع الفضول، أن يُريَنِي الآفةَ على ظهره، فبدأ مُقنعاً توزُّعُ الآفات على جانبٍ واحدٍ من ظهره. وكانت هناك مجموعةٌ أخرى جديدة من

الآفات على كاحله الأيسر، وكانت مؤلمة جداً. أجريت له اختباراً باستخدام طرائق اختبارات نامبودرياد NTT، فاكشفت أن هذه الآفات لم تكن حلاً نطاقياً، وإنما كانت أرجية لأحد المواد المقوية (كبسولات زيت السلمون) التي كان يتناولها بشكل يومي، حيث وصف له اختصاصي التغذية نوعاً غالباً من زيت السلمون على شكل كبسولات، وذلك للحفاظ على القلب والدوران عنده بشكل صحي. وطلب منه إحضار الكبسولات لتلقي المعالجة. وفي اليوم التالي، تلقى علاجاً تجاه كبسولات زيت السلمون؛ وبعد العلاجات الناجحة (ثلاث جلسات)، تخلص من الألم والآفات الشبيهة بالحلأ النطاقي أيضاً.

أرجية المحار

شخص لذي، في عام 1975، التهاب المفاصل النقرسي Gouty arthritis في منتصف وأسفل الظهر ومنطقة الكليتين؛ ونصحتني أطبائي باستبعاد اللحم الأحمر نهائياً من طعامي. ولكن استمر ألم الظهر في السنوات التالية؛ وبدأت زوجتي بعلاج الربو لدى الدكتور نامبودرياد في عام 1986. وعندما لاحظت أن هناك تحسناً ملحوظاً في حالة الربو التي أنهكتها، بدأت تلح علي أن أذهب لرؤية طبيبتها. ولم أفهم أي شيء حول علاجها، ولكن خضعت لرغبة زوجتي (وأنا ممتمل بالشك) برؤية طبيبتها من باب التجربة أكثر من أي شيء آخر.

أجرت الدكتورة نامبودرياد في أثناء التقييم التشخيصي اختبارات الاستجابة العضلية للأرجيات؛ وسألتني فيما إذا كنت أتناول السمك كثيراً، فاجبت نعم، فقالت لي بلهجة الإنذار: ولكن لا يمكنك أن تأكل السمك، فلديك أرجية شديدة تجاه كل أنواع السمك، ويمكن أن يسبب لك ذلك آلاماً ظهرية شديدة، ولكن يمكنك أن تتخلص من هذه الأرجية (التحسس) بالمعالجة، وسوف يصبح بعدها بإمكانك تناول السمك دون أن تحدث لديك آلام ظهرية. وافقت على تلقي المعالجة لأرجية السمك، وأنا أشك بالأمر. وبعد المعالجة، طلب مني أن أنتظر في إحدى الغرف لمدة 75 دقيقة، الأمر الذي كان إجراء معتاداً في العيادة. وفي غضون دقائق، خف الألم في ظهري، وشرعت براحة عظيمة، لم أشعر بها منذ سنوات، ولم أجد أشعر بالألم الظهر الذي عانيت منه منذ ثلاث عشرة سنة. ويمكنني الآن أن أتناول السمك واللحم الأحمر، وأستمتع بذلك دون أي خوف ومن دون ألم.

يَكُونُ سَبَبُ معظم حالات دُوار البحر أو السيَّارة sea or car sickness أَرْجِيَّةً طَعَامِيَّةً مُسْتَبْطَنَةً (خَفِيَّةً)؛ فإذا قَمَتَ بَأْيٌ مِنَ الأنشطة التي تَجْرِي فِي الهَوَاءِ الطَّلَقِ، مِثْلَ لَعَبِ التَّنْسِ أو الجَرِيِّ أو الرُّكُوبِ فِي قَارِبٍ، بَعْدَ تَنَاوُلِ طَعَامٍ أَرْجِيٍّ، وَصَادَفَ أَنْ اسْتَنَشَقْتَ أَدْحَنَةَ الْغَازُولِينَ أو الدَّيْزِلَ القَوِيَّةَ أو رَوَائِحَ الطَّبِيخِ وَالْقَلِيِّ... إلخ، يُمْكِنُ أَنْ تَشْعُرَ بِالْغَثِيَانِ، وَقَدْ تَتَقَيَّأُ، أو تَحْدُثُ لَدَيْكَ اضْطِرَابَاتٌ مَعْدِيَّةٌ مَعْوِيَّةٌ (هَضْمِيَّةٌ). وَيُوجَدُ لَدَى بَعْضِ الْأَشْخَاصِ حَسَاسِيَّةٌ شَدِيدَةٌ تَجَاهَ دَخَانَ الدَّيْزِلِ وَالْغَازُولِينَ الْمُنْطَلِقِ مِنْ عَوَادِمِ السِّيَّارَاتِ وَرَوَائِحِهَا... إلخ، وَيُمْكِنُ أَنْ يَسَاهِمَ هَذَا فِي حَدُوثِ دَاءِ السَّفَرِ بِالسِّيَّارَاتِ (الدُّوَارِ). كَمَا يُمْكِنُ لِلْمَرْضَى الَّذِينَ يَعْانُونَ مِنْ حَسَاسِيَّةٍ تَجَاهَ دَخَانِ عَوَادِمِ السِّيَّارَاتِ أَنْ يَجْمَعُوا أَدْحَنَةَ عَوَادِمِ سِيَّارَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ، وَتَجْرِي مَعَالِجَتُهُمْ تَجَاهَهَا بِطَرَائِقَ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامُودَرِيَادٍ. وَلَا يُمْكِنُ أَنْ تَزْعَجَهُمْ هَذِهِ الرَوَائِحُ بَعْدَ الْمَعَالِجَةِ النَّاجِحَةِ تَجَاهَ رَوَائِحِ الْعَوَادِمِ.

الأرجية للفيتامين A والسّمك والمحار

عِنَّمَا اتَّيْتُ لِرُؤْيَةِ الْكَتُورَةِ دِيْفِي، كُنْتُ فِي حَالَةٍ مِنَ الْيَأْسِ؛ وَكُنْتُ أَعَانِي مِنْ شَرَى عَلَى الْوَجْهِ وَالْعُنُقِ بِشَكْلِ يَوْمِي تَقْرِيْبًا لِمُدَّةٍ عَدَّةِ أَشْهُرٍ؛ وَلَمْ أَجِدْ أَيَّ ارْتِيَاحٍ أَوْ تَحَسُّنٍ عَلَى يَدِ الْخِصَالِصِيِّ الْأَرْجِيَّةِ (الْأَمْرَاضِ التَّحَسُّسِيَّةِ) لِلتَّقْلِيدِيِّينَ. وَجَرَى إِعْلَامِي فِي عِيَادَةِ الْكَتُورَةِ دِيْفِي بِأَنْ لَدَيَّ أَرْجِيَّةٌ لِعَدَدٍ كَبِيرٍ مِنَ الْأَطْعَمَةِ؛ وَكَانَ مِنَ الصَّعْبِ تَحْدِيدُ أَيِّ طَعَامٍ يَسَبِّبُ الْمَشْكَلَةَ، وَكُنْتُ أَصْلَبُ بِطَفْحٍ جَدِيدٍ مَعَ كُلِّ طَعَامٍ أَتَنَاوَلُهُ تَقْرِيْبًا.

بَدَأْتُ الْكَتُورَةَ دِيْفِي مَعِي بِالْمَعَالِجَاتِ الْأَمْلَاسِيَّةِ؛ وَبَدَأْتُ أَلَاظُ تَحَسُّنًا تَدْرِيْجِيًّا مَعَ كُلِّ مَعَالِجَةٍ، بَعْدَهَا عَوَلَجْتُ تَجَاهَ مَزْجِجِ الْفَيْتَامِينِ A الَّذِي تَضُمَّنُ السّمَكَ وَالْمَحَارَ وَالْجِزْرَ وَالْفَيْتَامِينِ A. وَأَنْتِ هَذِهِ الْمَعَالِجَاتُ إِلَى خُلُوثِ تَفَاعُلَاتٍ (رَدَّاتٍ فَعْلٍ) شَدِيدَةٍ لَدَيَّ. وَخِلَالِ فِتْرَةٍ 25 سَاعَةً، اشْتَدَّ الشَّرَى وَالطَّفْحُ الْجَدِيدُ؛ وَحَدَّثَتْ لَدَيَّ حُمَّى فِي مَسَاءِ الْيَوْمِ الَّذِي تَلَقَيْتُ فِيهِ الْمَعَالِجَةَ، وَلَمْ يَغْدُ لَدَيَّ طَاقَةٌ. وَقَمْتُ بِزِيَارَةِ الْكَتُورَةِ فِي الْمَسَاءِ لَنَرَى مَا إِذَا كَانَتْ الْمَعَالِجَةُ لَدَيَّ قَدْ أَخْفَقَتْ؛ وَالْأَمْرُ الَّذِي أَدْهَشَنِي كُنْتُ مَا أَزَالُ ضَمْنُ فِتْرَةِ الْعِلَاجِ؛ وَبَعْدَ انْقِضَاءِ 25 سَاعَةً عَلَى تَلَقِّي الْعِلَاجِ مُبَاشَرَةً، شَعَرْتُ بِتَتَبُعَاتٍ مُفْلِحَةٍ لِلطَّاقَةِ دَاخِلَ جِسْمِي؛ كَمَا شَعَرْتُ بِمَوْجَةٍ بَارِدَةٍ تَمُرُّ عِبْرَ جِسْمِي. وَنَظَرْتُ فِي الْمِرْآةِ، وَلَمْ اسْتَطِعْ أَنْ أَصْنُقَ مَا أَرَاهُ؛ فَقَدْ بَدَأَ عَنَفِي وَوَجْهِي طَبِيعِيْنِ، وَلَمْ يَكُنْ هُنَاكَ أَيُّ شَرَى أَوْ طَفْحٍ، فَارْجَيْتِي تَجَاهَ طَعَامِ الْبَحْرِ هِيَ الْمُسَبِّبَةُ لِلشَّرَى! وَلَمْ يَغْدُ يَحْدُثُ لَدَيَّ طَفْحٌ أَوْ شَرَى مِنْذُ تِلْكَ الْوَقْتِ.

زال ألم وركي الذي استمر 3 سنوات في معالجة (جلسة) واحدة!

عانيت من ألم وركي في الجهة اليمنى، وكان يشتد كثيراً في أيام معينة، وذلك في فترة السنوات الثلاث الأخيرة. كما كان الأمر لغزاً بالنسبة لممارسي الطب الذين كانوا يحاولون مساعدتي وعلاجي للتخلص من ألمي المزعج. وعندما كنت أخضع للعلاج الأساسي بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، اخترتني الدكتورة نامبودريباد لإثبات تأثير العلاج في الألم الحاد في المزمّن الذي يستمر لفترة طويلة؛ وتبين لها أن سبب ألمي هو أرجية تجاه نوع معين من المواد الداعمة (المقويات) التي تحتوي على الكالسيوم والتي كنت أتناولها يومياً لمدة ثلاث سنوات. وقد جرت معالجتني تجاه هذه المادة ضمن الصف؛ وخلال أقل من 20 دقيقة، تخلصت نهائياً وبشكل كامل من ألم الورك، ولم يعاودني الألم بعدها منذ سنتين بعد تلقي العلاج. وما زلت أتناول المقويات، ولكن من دون ألم. شكراً الدكتورة ديلي.

الوذمة الوعائية العصبية

تتميز الوذمة الوعائية العصبية Angioneurotic edema بأنها حالة تظهر فيها لطخات أو رقع من التورم المحدّد في الجلد والأغشية المخاطية والأحشاء، ويُعتقد بأنها من مظاهر الأرجية (التحسس). ويمكن أن تحدث نوبات الوذمة الوعائية العصبية في أي وقت، كما يمكن أن يتورم الحلق، ممّا يؤدي إلى صعوبة في البلع والتنفس، وقد تكون مهددة للحياة في بعض الحالات. هذا، ويمكن أن تكون الوذمة الوعائية العصبية إحدى تظاهرات (مظاهر) التّاق Anaphylaxis. وحسب إحدى نظريات الطب الشرقي، يكون سبب الوذمة الوعائية هو إعاقة الطاقة في خط الطحال Spleen meridian.

عانت طفلة في التاسعة من عمرها من تورم (توذم) انتشر في كافة أنحاء جسمها وأجبرها على أن تلبس المنزل، وتتعب عن المدرسة معظم الأيام؛ وقد وُجدت لديها أرجية تجاه الذرة والتوابل والسكر والشوكولاته والصفوف. وبعد معالجتها تجاه أرجية هذه المواد، نقصت التفاعلات الأرجية عندها إلى الحدود الدنيا.

كانت هناك فتاة في الثامنة عشرة من عمرها لديها حالة وذمة وعائية، وتعرض لتورم في الحلق عندما تخرج لتمارس رياضة الجري أو المشي السريع. وقد

أظهرت نتائج الاختبارات المُجرّاة لديها أن لديها أُرْجِيَّةً عاليةً للفيتامين C والفلافونويد الحيوي الليموني Citrus bioflavonoid. وبعد أن عولجت للأُرْجِيَّة تجاه الفيتامين C والفلافونويد الحيوي، لم تعاودها الودمة الوعائية العصبية ثانية. وبدأت بالجرى يومياً مباشرةً بعد العلاج، وشاركت بعد عام في سباق ماراثون (عدّو المسافات الطويلة)، وأكملت سباق 41 كم من دون أية مشكلة.

القَهْمُ/القَهْمُ العُصَابِي/النَّهَام

يُحَوِّزُ القَهْمُ والقَهْمُ العُصَابِي Anorexia nervosa والنَّهَام Bulimia (من بين الكثير من اضطرابات الأكل) على كثير من الاهتمام في هذه الأيام. وبحسب مجموعة سياتل للوقاية من اضطرابات الأكل والتعرّف إليها Seattle's Eating Disorders Awareness and Prevention group (EDAP)، يُعاني ما يُقدَّر بنحو 5-7% من 12 مليون أميركي في مرحلة ما قبل التخرّج (مرحلة الدراسة) من القَهْم (وهو خوفٌ مرضي من زيادة الوزن يؤدي إلى نقص شديد في الوزن)، والنَّهَام (وهو تناول الطعام والشراب بكثرة، ثم أخذ مُسهل) أو زيادة تناول الطعام (بشكل خارج عن السيطرة "قَسْرِي"). وأكد مسجّح آخر حديث، أُجريَ على طُلّاب جامعة كاليفورنيا، أن 5-10 ملايين من الإناث و1 مليون من الذكور يعانون من اضطرابات في الطعام، مثل القَهْم والنَّهَام. وأظهرت الدراسة أيضاً أن معظم الذين يعانون من المشكلة صغار السن (بين 14-25 سنة)، وهم من البيض والأغنياء و"ذوو الشخصيات من النمط أ الساعية إلى الكمال perfectionistic type A personalities". ويُعدُّ السَّبَبُ الرَّئِيسِي للارتفاع المُفاجئ في عدد حالات هذه الاضطرابات، بحسب بعض مجموعات التثقيف والوقاية من اضطرابات الأكل، هو نمط الحياة الخاص بالطلّاب، حيث يعيشُ طُلّابُ الكليات بعيداً عن عائلاتهم للمرّة الأولى، ويُعانون من ضغط هائل، إذ إنَّهم يحاولون في هذه الفترة أن يشقوا طريقهم في هذا العالم. وهناك سببٌ آخر لانتشاره عند الإناث، وهو انتشارُ النظرة المثاليّة نحو العارضات والمُمثّلات النحيفات. ووجدت دراسةٌ حديثة (UCLA) أن فترة الشفاء من القَهْم هي سبعة سنوات وسطياً.

وبحسب نظرية طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، فإن القهَم والقهم العصابي والنهام هي نتيجة مباشرة للأرجية الطعامية. ويشيع حدوث القهَم عند الأطفال أيضاً. ويُعدُّ كلٌّ من الغثيان والقيء وحرقة الفؤاد وحموضة المعدة من الأعراض الشائعة جداً للأرجية في السبيل المعدي الوعائي، وهي تترافق عادةً مع حمى الكلاً والربو والشقيقة... إلخ. ويُلاحظ في هذه الحالات عادةً انسداد الطاقة في خطوط المعدة والطحال والكبد والقلب.

يختلطُ القهَمُ العصابي والنهام (قيء مُحَرَّض ذاتياً بعد الطعام) مع العوائق الانفعالية غالباً. ويمكن أن يعطي أحدهم ملاحظة سلبية حول شكل توَدِّي إلى إحصار عاطفي Emotional block (كُره) للطعام وتتسبب في حدوث النهام عند الطفل أو المراهق. ويمكن أيضاً أن تكون بسبب أرجية طعامية بسيطة دون وجود تأثير عاطفي. وقد يكون بمقدور ممارس معالجة طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد المؤهل بشكل جيد أن يحدّد الحالة ويعالجها بشكل ملائم.

عانت امرأة عمرها 48 سنة من حرقة فؤاد شديدة وحموضة معدية وقيء متكرر، حيث كانت لديها أرجية تجاه المُفَرَزَات (الإفرازات) الحمضية التي تُنتجها معدتها؛ وجرت معالجتها من أجل الأرجية تجاه عصارة المعدة لديها، ممّا أدّى إلى زوال حرقة الفؤاد.

قد يحدث تطبُّل (انتفاخ) شديد في الأمعاء بسبب سوء الامتصاص بعد الطعام في القناة المعوية؛ ويمكن أن يسببه عوزُ الإنزيمات المعوية وضعف الحركات التمعجية والإكثار من تناول الأطعمة المنتجة للتثروجين (الحبوب المجففة... إلخ)، أو أعراض الأرجية تجاه العصارة القاعدية أو القلوية داخل القناة المعوية.

عانى رجلٌ عمره 44 سنة من تطبُّل شديد وانتفاخ في البطن مهما كان الطعام الذي يتناوله، وأخبره اختصاصي التغذية بالأّ يخلط بين أنواع الطعام؛ وحاول على إثر ذلك أن يتناول في كلِّ مرّة نوعاً واحداً من الطعام. كما كان يتناول أنواعاً مختلفة من الإنزيمات قبل الطعام وبعده، ولكن لم ينفعه ذلك. وعندما أتى إلينا، كان يعاني من اليأس. وجرت معالجته تجاه أرجية العصارة القلوية والإنزيمات الهضمية التي تفرزها أمعاؤه، وتخلّص على إثر ذلك من مشاكله.

وبما أن الكبد يُعدُّ أوَّلَ الأعضاء التي تمرُّ عبرها البروتينات الطعامة بعد دخولها إلى الدورة الدموية، ولذلك لا غرابة في أن نجد زيادة في تواتر حدوث التظاهرات (المظاهر) الأرجية التي تؤثر في الكبد والمرارة. وليس بالضرورة أن تكون هذه التظاهرات متماثلة؛ فعلى سبيل المثال، تكون حالة أرجية خفيفة عند أحد المرضى بشكل ضخامة وتورم في الكبد، بينما تكون عند مريض آخر بشكل حمى خفيفة متقطعة. وقد جرى استئصال المرارة عند مريض ثالث يعاني من ألم بطني شديد. وتبين فيما بعد أن الألم كان تفاعلاً أرجياً (تحسّسياً) للتفاح ولحم البقر. وعانى مريض آخر من نوبات إغماء وزيادة في تواتر التبول وذبح صدرية خفيفة (آلام قلبية سببها عدم كفاية التروية الدموية لعضلة القلب)، وتخلص المريض من جميع هذه الأعراض عند حذف الأطعمة المسيية. كما عانت مريضة من آلام شديدة في أعلى البطن، فجرى لها استئصال مرارتها؛ وخضعت بعدها لعمليتين جراحتين إضافيتين على البطن في محاولة لاكتشاف سبب آلامها، والذي تبين فيما بعد أنها أرجية بسبب البيض والدجاج.

القَهْمُ العصَبي Anorexia nervosa

عانيت من قَهْمٍ عصبي شديد منذ أن كان عمري 17 سنة، وشعرت بأقنى شديدة البداية وقبيحة، لا سيما بعد أن انتهت علاقتي بصديقي (بريان Brian). وكان الأمر صدمة بالنسبة لي؛ لم نعد لدي رغبة بالأكل، ونزل وزني إلى 90 باونداً (نحو 40 كغ) وبعدها، قابلت كيفين Kevin، وكان مختلفاً جداً عن بريان، وجعني أترك مشكلتي، واكتشف لي الدكتور ديلي، وأخضني إليها كي تساعدني. وعندما اكتشف والداي مرضي، أجبراني على تلقي العلاج الطبي التقليدي، فهما لم يكونا يؤمنان بالمعالجات الشمولية Holistic. وبفضل دعم كيفين، تابعت المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، وشعرت بالفرق بعد 5 جلسات من المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد. وبدأت بتناول جرعات ضخمة من الفيتامين B المركب مساعدتي على تهدئة أعصابي. والآن، وبعد إجراء 18 جلسة معالجة، يمكنني القول بأنني بحالة حسنة، وقد شفيت من مرضي. وما زال لدي بعض الأرجيات الأخرى، وأنا أعالجها على مهل، حيث إتقي جلسة علاج كل ثلاثة أشهر. وأشعر حالياً بأنني بحالة جيدة جداً، وأتني قوّة عاطفياً؛ ولولا كيفين والدكتور Devi وطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، لما كنت على قيد الحياة اليوم!

تَشْنُجُ البَوَّابِ

يُسَبِّبُ تَشْنُجُ البَوَّابِ Pylorospasm مغصاً colic عندَ الطفل الرضيع، وهو تَشْنُجٌ في هَماة النَّاحِيَةِ المعدِيَّةِ الَّتِي تُسَمَّى البَوَّابِ؛ فمحتويات المعدة تنفرغُ إلى (تَصَبُّ في) الأمعاء الدَّقِيقَةَ عبر البَوَّابِ Pylorus. ويحاطُ البَوَّابُ بطَيَّاتٍ من الأغشية المخاطيَّةِ تحتوي على ألياف عضليَّة دائريَّة. وعندما تحدثُ الأَرَجِيَّةُ (التَحَسُّسُ)، تُسَبِّبُ تَقْلُصاً تَشْنُجِيّاً في هَذِهِ الأليافِ بِشَكْلِ مُشابهٍ لِلتَقْلُصِ الَّذِي يَحْدُثُ فِي الأنابيبِ (الفُرُوع) القصبيَّةِ Bronchial tubes في الرُّبُو Asthma. وتُؤدِّي هذه الحالةُ إلى أَلَمٍ شَدِيدٍ عِنْدَ الطفلِ وَقيءٍ وبكاءٍ بِشَكْلِ مُستمرٍ تَقريباً.

شُوهِدَتْ هَذِهِ الحالةُ عِنْدَ طفلٍ ذَكَرٍ يَشْكُو من تَشْنُجٍ مُستمرٍ في البَوَّابِ، وَقيءٍ بَعْدَ كُلِّ إِرْضَاعٍ مِنْذُ أَنْ كَانَ عَمْرُهُ أَسْبوعاً واحداً؛ كما عانى أيضاً من آلامٍ مَغْصِيَّةٍ شَدِيدَةٍ وَطَفَحٍ جِلْدِيٍّ بِشَكْلِ مُستمرٍ وَبَقَعَ شَرَوِيَّةٍ ضَخْمَةٍ، وَتَقَرُّحاتٍ في اللُّثَّةِ وَطَبَقَةٍ خَارِجِيَّةٍ ثَخِيَّةٍ عَلى اللِّسانِ وَ(السُّلاقِ) Thrush وَطَفَحٍ شَدِيدٍ في مَنطَقَةِ الحَفَاطِ Severe diaper rash، وَزُكَّامٍ مُتَكَرِّرٍ وَحُمًى شَدِيدَةٍ وَأَرْقٍ وَمَزاجِيَّةٍ Crankiness. وَقد اسْتَمَرَّتِ الأَعْرَاضُ لَدَيْهِ حَتَّى عَمْرُ ثَمانِيَةِ أَشْهُرٍ؛ وَنَصَحَ طَبيبُ الأَطْفالِ الَّذِي يُشْرِفُ عَلَيهِ بِجَراحَةٍ صَغِيرَةٍ لَتَقْوِيَةِ (لِشَدِّ) فَمِّ المَعْدَةِ لِمَنعِ القَيْءِ؛ وَقَبْلَ أَنْ يَأْتِيَ مَوْعِدُ إِجْراءِ الجَراحَةِ لَهُ، أُجْرِيتْ اخْتِباراتُ الاستجابة العَضَلِيَّةِ لِلأَرَجِيَّاتِ وَأَظْهَرَتِ النَتائِجُ أَنَّهُ يَعاينُ مِنْ أَرَجِيَّةٍ تَجاهَ أَطْعَمَةٍ مَعْيِنَةٍ؛ وَجَرَّتْ مُعالجَتُهُ بِطَرائِقِ إِزالَةِ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبودِريادِ مَباشِرَةٍ، وَأَصْبَحَ الآنَ مَراهِقاً بِصَحَّةٍ جَيِّدَةٍ، وَيَسْتَطِيعُ تَناوُلَ أَيِّ طَعامٍ يَريدُهُ دُونَ حُدُوثِ آيَّةِ تَفاعِلاتٍ (رَدَّاتٍ فَعْلٍ).

جَرَّتْ في عِبادَتِنَا أيضاً مُعالجَةُ طِفْلةٍ أُخَرى عَمَرُها عَامينَ كَانت تُعاني مِنْ قَيْءٍ بَعْدَ كُلِّ وَجَبَةٍ، وَكانَ لَدَيْها آلامٌ مَغْصِيَّةٌ شَدِيدَةٌ وَطَفَحٌ جِلْدِيٍّ مُستمرٍ وَشَرى شَدِيدٍ وَتَقَرُّحاتٍ في اللُّثَّةِ وَطَبَقَةٍ مُعَلَّفَةٍ كَثيفَةً عَلى اللِّسانِ وَسُلَاقٍ (التهابِ فَطْري) وَطَفَحٍ شَدِيدٍ في مَنطَقَةِ الحَفَاطِ وَزُكَّامٍ مُتَكَرِّرٍ وَحُمًى شَدِيدَةٍ وَأَرْقٍ وَبكاءٍ مُستمرٍ. وَوصَفَ لَها طَبيبُ الأَطْفالِ المُشْرِفُ عَلَياها 200 مَغٍ مِنْ دَواءِ التَّاغامِيتِ Tagamet ثَلاثَ مَرَّاتٍ في اليَومِ. وَلَمْ يَعطِ الدَّواءُ أَيَّ تَأثيرٍ (فائِدَةٍ)، وَبَدَأَ يَنقُصُ وَزْنُها، وَانخَفَضَ مَعْدَلُ نَموها. وَعِنْدَ إِجْراءِ طَرائِقِ اخْتِباراتِ نَامِبودِريادِ العَضَلِيَّةِ NTT،

ظهرَ أنَّ لديها أرجيةً تجاه كلِّ أنواع الأغذية والطعام الذي كانت تتناوله. وجرَّت معالجةُ الطفلة في عيادتنا للأرجية تجاه المجموعات الأساسية (البیض والدجاج، والحليب والفيتامين C والفواكه والخضار والفيتامينات B المركَّب والسكرات والحديد والفيتامين A والملح والمعادن والحبوب). وتوقَّف القيءُ لديها بعد الوجبات، وبدأت تأكل وتستمتع بالطعام، وزادَ وزنها حوالي 12 باونداً (نحو 5.4 كغ) في الثلاثة الأسابيع التالية للمعالجة، وأصبحت الآن طفلةً جميلةً وعمرها ست سنوات وبكامل صحتها.

أواء من الجبنة اللذيذة!

منذ حوالي 12 سنة، بدأ يحدثُ لديَّ بشكلٍ مفاجئٍ 'غثوى فيروسيّة' لمدة 24 ساعة 24 hour viruses مرةً كلَّ يومين تقريباً؛ هذا على الأقلِّ ما كان يقولُه لي طبيبُ الأمراض الباطنية الذي كنتُ أتصلُ به لأخبره عن مرضي. وكانَ هذا الجوابُ الوحيدُ الذي لديه لوصفِ الأعراض التي كنتُ أصفها له، لمدة أكثر من عام؛ وكنتُ أحاولُ أن أعملَ كوسيطٍ في تجارة العقارات، ولكنني أجِدُ نفسي كلَّ يومين مريضاً بشدَّة، ولديَّ أعراضٌ تشبه أعراضَ الرشح (الزكام). وبالكاد يمكنني مغادرة الفراش. وفي النهاية، قرَّرَ طبيبُ الباطنية أن الأمرَ كلُّه واهم، وأنني أعاني من اكتئابٍ هوسي Manic depressive، ويجب عليَّ البدءُ بتناول الليثيوم lithium. وقبل أن يتمَّ الأمرُ أشارَ عليَّ أحدُ زبائني - ولله الحمد - أن المشكلة قد تكون في دلائن الداخلية (الباطنية) وأنه عليَّ استشارة طبيب مختص في أمراض الأذن. واكتشفَ طبيبُ الأذن - ولله الحمد - أيضاً أنه كانَ لديَّ غثوى شديدة في الجيوب. وبعد عدة أسابيع من العلاج بالمضادَّات الحيوية وإجراء تصريف (نزح) للجيوب، استنتجَ الطبيبُ بأنني قد أكون تناولت طعاماً يسبِّبُ لي أرجيةً (تحسساً)؛ وبذلك، بدأت رحلتي من طبيب أرجية إلى آخرٍ باحثاً عن المساعدة.

وبعدَ معاناةٍ لعدَّة سنوات وتكلفة ماديةٍ بألاف الدولارات، لجأتُ إلى جراحة الجيوب. ومع ذلك، استمرَّتْ الهجماتُ (الغثوى) التي كانتُ لديَّ، وكذلك غثوى الجيوب. وكنتُ قد تناولتُ الكثير من المضادَّات الحيوية التي لم تُعْزِني أيَّ تأثيرٍ لديَّ. وكنتُ قد اكتشفتُ أن الأرجية تحدثُ لديَّ بأسوأ أشكالها نتيجة تناول أيِّ نوعٍ من أنواع الجبنة؛ وإذا ما صادفَ وتناولتُ قليلاً من الجبنة (كميةً قليلةً كلَّتي) نُوَضِّعُ على وجه طبق السلطة، أعاني بعدها من مرضٍ شديدٍ لعدَّة أيَّام.

وذاث يوم، تغيرت حياتي بأكملها عندما أخبرني صديق لي عن الدكتوراة ديفي؛ في البداية، شككت في الأمر، واستغرق ذلك عدة أشهر حتى وافقت على رؤيتها، ولم أكن أعرف أي شيء عن الوخز الإبري أو الضغط الإبري (العلاج بالضغط)، ولم أكن قادراً على تخيل كيف يمكن لها أن تفيدني. ولكنني قبلت، في ظل حالة اليأس التي كنت فيها، أن أذهب بصحبة صديقي لروية الدكتوراة ديفي. وبعد أن راقبتها وسمعت عن العلاج الذي فهمته لصديقي، قررت عندئذ أنه ليس لدي شيئاً لأخسره، وذلك بعد كل ما أضعته من وقت ومال دونما نتائج، وكان الأمر بالنسبة لي، كونه راحة خفيف، بدأت بتلقي العلاج معكلاً لمدة جلسات كل أسبوع ٦. وقررت أن أطلب من الدكتوراة ديفي أن تعالجنني من أكبر مشكلة لدي، وهي الأرجية تجاه الجبنة، وكان ذلك بمثابة أهم اختبار على قدرتها على معالجتني.

أحضرت الجبنة إليها؛ وبعد أن تلقيت المعالجة، انتظرت فترة 25 ساعة، وهي الفترة المطلوبة، وعدت ثانية لأرى ما إذا كانت المعالجة قد نجحت. وكانت الإجابة نعم، وقالت لي الدكتوراة ديفي أن أتناول لقمة من الجبنة. وبالرغم من الثقة التي كنت أشعر بها في تلك اللحظة تجاه الدكتوراة ديفي، شعرت بالخوف من أن تكون المعالجة غير ناجحة، ومن أن يؤدي ذلك إلى حدوث مرض شديد لدي لثلاث أو ثلاثة. ولكن، ومع إصرارها، تناولت لقمة من الجبنة وانتظرت، واعتقدت أن الأمر سيحدث كتفاعل متأخر لدي، وأن الأعراض المعتادة ستظهر بين لحظة وأخرى. وبقيت بحالة حسنة حتى حان وقت ذهابي للنوم، ولكن كان لدي يقين بأنني سأصبحو صباحاً لأكتشف أن رأيي هو الصحيح... وأنه لا شيء يمكن أن يشفي الأرجية التي أعاني منها تجاه الجبنة، وهذا ما كان قد أخبرني به عدة من اختصاصيي الأرجية الذين حاولوا مساعدتي.

وبينما كنت أرتدي ثيبي في صباح اليوم التالي لأتوجه إلى عملي، تنكرت فجأة أنني تناولت الجبنة في اليوم السابق ولم أصب بأي مرض، ولم أستطع أن أصدق ذلك! اتصلت مباشرة بصديقتي ودعوتها إلى الغداء في مطعم إيطالي، وتمنعت بتناول البيتزا الكبيرة الحجم لأول مرة منذ 12 سنة. أدركت حينها أنه يمكنني أن أشتاق حياتي الاجتماعية التي كنت قد أوقفتها بسبب خوفي المستمر من أن أكل شيئاً دون أن أعرف ما إذا كان يسبب لي هجمات الأرجية؛ ياله من شعور رائع أن أتمكن من تناول الطعام دون أن يكون علي أن أقوم بتحليل مكونات كل شيء أضغه في فمي مسبباً الغيظ لكل أصدقائي وأفراد عائلتي، حيث كنت متيقناً أنهم قد اقتنعوا تقريباً بأنني ربما كنت في حاجة إلى تناول الليثيوم!

لقد شفييت من أرجييتي تجاه الجبن في عام 1989، ونحن الآن في عام 1999، وما زلت أستمتع بتناول طعامي المفضل (الجبنة) أكثر من أي وقت مضى؛ كيف أستطيع أن أشكر دكتوراة ديفي، لقد غيرت حياتي.

أرجية الحليب

يُسببُ الحليبُ أو اللبنُ المجانسُ Homogenized milk قلقاً عندَ معظم المرضى في الولايات المتحدة؛ وحتى بعد أن يتخلصَ المرضى من أرجية الحليب، يتعرَّضُ الذين يتناولون هذا الحليبُ لتفاعل أرجي (تحسُّسي) أحياناً، وهذا يعتمدُ بشكل رئيسي على ما تأكله الماشية. ولا يمكنُ لحلَّات بيع الألبان والأجبان أن تتحكَّم فيما تتناوله الأبقارُ كلَّ يوم. هذا، وتقومُ معظمُ شركات صناعة الزيوت المستخرجة من المكسَّرات بضغط المخلفات في قوالب، وتبيعها إلى مربِّي الأبقار لتجري تغذية الأبقار بها؛ وعندما تفرز الأبقارُ الحليبَ تفرز بعض المواد الموجودة في المكسَّرات مع الحليب. وإذا جرَّت أحياناً تغذية الأبقار بأعلاف أو أعشاب مرشوشة بالمبيدات الحشرية، سوف تُفرز هذه الموادُ مع الحليب أيضاً.

إذا كانت لديكُ مُبولُ أرجية (تحسُّسية)، يمكن أن تُصابَ بتفاعل أرجي في أيِّ مرةٍ تناول فيها حليباً؛ ولا يحدث التفاعلُ نتيجة الأرجية للحليب، ولكنه يحدثُ بسبب المبيدات الحشرية أو المكونات الأخرى الموجودة في عينة الحليب. ويجب أن يبقى هذا الأمرُ في بالنا عندَ معالجة أرجية الحليب.

في إحدى الحالات، جرى تشخيصُ حالة بطن حادة (ضائقة بطنية) Abdominal distress عندَ المريض على أنها قرحة هضمية؛ وعلاوة على ذلك، أثبتت الصور الشعاعية المرافقة التشخيص؛ وكان المريضُ يخضع لإشراف أفضل الاختصاصيين الموجودين في إحدى المدن الكبيرة. وجرى وضعُ المريض على حمية نموذجية للقرحة، تتألف من كميات كبيرة من الحليب والكريم، مثل الكاستر، وصلصات الكريم وأطعمة مشابهة. وكانت الشوكولاته الساخنة من بين الأشياء الأخرى التي كان يتناولها، حيث كانت تُصنَّع من الحليب الكامل والكريم، كما كان يتناول أنواعاً أخرى من الحلوى المصنوعة من الشوكولاته، وكان كثيراً ما يتناول كريم صلصة الطماطم (البندورة)؛ وكان يتناول أيضاً كميات قليلة من اللحوم والخضار بعد أن تُسحق ويصبح قوامها بشكل أطعمة الأطفال، وتغذو دون طعم هائياً. ورغم هذا النظام الغذائي، استمرت الأعراضُ لديه، لا بل كانت تزداد سوءاً حتى إنه لم يُعَدَّ يرتاح من الألم بشكل نهائي. وكان يحملُ زجاجة حليب معه

بشكل دائم، وأجبر على تناول أدوية لا حصر لها ليتخلص من الألم، والمنومات للتخلص من الأرق.

وأخيراً، جرت دراسة هذا المريض من وجهة نظر أرجية (تحسسية)، ووجدت لديه أرجية لمعظم المواد الغذائية التي كان يتناولها، لا سيما التي كان يتناولها غالباً مثل: الحليب والبيض والبندورة والشوكولاته. وبعد حذف هذه الأطعمة من نظامه الغذائي، اختفت أعراض القرحة لديه. وقد تجنّب الحليب لعدة سنوات بسبب القرحة لديه. وكان يعاني من ميل إلى حدوث هجمات من الألم البطني ورائحة نفّس كريهة بعد تناوله كميات ضئيلة جداً من الحليب أو زبدة الحليب. وعندما أتى هذا المريض إلى عيادتنا لم يكن باستطاعته تحمّل أيّ طعام يدخل في تركيبه ولو كمية قليلة من الحليب. وبعد معالجته للأرجيات الغذائية بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، أصبح يتناول ثلاثة إلى أربعة أكواب من الحليب يومياً دون أية مشكلة.

تحدث الأرجية (التحسس) بتواتر هام في المعى الدقيق والمعى الغليظ، وتسبب أعراض المغص والمغص والتشنج والإمساك والإسهال والتقرّح والنزف من جدران الأمعاء عادة (كما هي الحال في متلازمة القولون المتهيج Irritable bowel syndrome والذرب البطني "الداء الزلاقي" Celiac sprue وداء كرون Crohn's disease... إلخ). وقد تسبب الأرجيات الألم الشديد بسبب المنتجات الغذائية المتنوعة التي تتناولها يومياً، مثل القمح والحبوب والحليب والذرة والتوابل والدهون والبروتينات واللحم والبطيخ... إلخ، أو يمكن أن يكون شكلاً من أشكال الانسداد في الأمعاء بسبب الودمة (التورم) في هذه الأعضاء. ويتكرّر تعرّض المرضى الذين لديهم أرجية معوية إلى نزف في مختلف أجزاء الجسم، كما هو الأمر في حالة طفل كان لديه نزف أنفي (رعاف) أو نزف من المستقيم أو نزف من الملتحمة عندما يشرب الحليب.

يمكن أن يكون سبب الإمساك هو الأرجية في القناة المعدية المعوية. ومن المنطقي حدوث تشنّج أرجي (تحسسي) في العضلات الملساء للقولون، وقد تُسبب العضلات الملساء هذه الحالة بسهولة فائقة؛ وبما أن هناك طبقة مخاطية

تبطّن الأمعاء (المعى الدقيق والمعى الغليظ)، فقد تُفَرِّزُ كمّياتٌ غزيرة من المخاط في هذا الموقع تماماً، مثلما يحدثُ في المرّين الأنفيّين. ومن الممكن أيضاً أن يحدثَ نوعٌ من أرجيّة التماس في الأمعاء بسبب تماس الطعام مع هذه الأعضاء لفترة طويلة من الزمن؛ كما يمكن في أثناء الإمساك الأرجي الشّدِيد أن تتقلّصَ عضلات القولون إلى درجة تُؤدّي معها إلى مرور كمّياتٍ قليلة جدّاً من الطعام عبر هذه القناة بطريقة طبيعيّة.

عما أن الإمساكُ تسبّبهُ الأرجيّة الطعاميّة بشكلٍ شائع كثيراً، تصبح هناك إمكانيّة لأن يقومَ كثيرٌ من المرضى بالإفراط في تناول كمّيات زائدة من الفواكه والخضار والقشور (النخالة) والألياف في محاولة للحفاظ على حركة (إفراغ) الأمعاء، وبذلك تحدث لديهم حركات معويّة طبيعيّة إذا كان نظامهم الغذائي خالياً من المواد الأرجية. ولهذا السبب، لا يُنصحُ بالنسبة للمرضى الأرجيين، أو أيّ شخص آخر، أن يتناول المليّنات من دون تمييز، حيث إنّ كلّ دواء قد يُؤخذ لهذا الغرض يمكن أن يؤدّي إلى تفاقم الإمساك. ويميلُ المرضى الذين يعانون من إمساكٍ مُزمنٍ إلى الاعتقاد بأنّه لا يمكن فعلُ الكثير تجاه هذه المشكلة، سوى تناول كمّيات كبيرة من المُسهلات بشكلٍ منتظم. وفي الواقع، قد يكون السببُ في كثير من الحالات أرجيّات طعاميّة يمكن أن تزول إذا حُذفت الأطعمةُ المُسبّبة أو المُتّهمة.

مريضةٌ عُمرها 34 سنة حدثت لديها حِكّةٌ شديدة وحرقةٌ وألمٌ في وسط العضلة المؤثرة للفاقة العريضة Tensor fascia lata muscle (وهي شريطٌ تُخين لعضلة طويلة تقع على الجزء الخارجي للفخذ). وتتوافق هذه العضلة مع خطّ المعى الغليظ. وقد تبينَ أنّ هذه السيّدة لديها أرجيّة تجاه جميع الألياف، الأمر الذي أدّى إلى إضعاف المعى الغليظ. وكانت تتناول بذور القُطُوناء Psyllium وأنواعاً أخرى من الألياف بشكلٍ منتظم، ونُصحت بأن تتوقّف عن حميتها المحتوية على كمّية كبيرة من الألياف لبضعة أيّام. فنقصت الحِكّة والحرقة لديها، وحاولت بعدها أن تعودَ إلى تناول الألياف، فعاودتها الحِكّة والحرقة ثانية. وجرت في هذه الفترة معالجتها تجاه الألياف وبذور القُطُوناء بطرائقٍ إزالة

التحسُّس بحسب نامبودريباد، ولم تُعدَّ الحِكَّةُ إليها أبداً؛ والآن تتناول حميةً غنيةً بالألياف من دون أيِّ انزعاج.

يُعدُّ الإسهالُ، وهو حالةٌ مُعاكسةٌ للإمساك في كثيرٍ من الحالات، ذا منشأٍ أرجحيٍّ عادةً؛ ويظهر في سنِّ الرضاعة والطفولة غالباً، وبترافقٍ كثيراً مع المغص والإِكزِيمة والقَيْء. وعندما ينمو الطفلُ، يمكن أن تظهر الأُرْجِيَّةُ بقوةً على شكل أعراضٍ أُخرى، ويختفي الإسهالُ. وفي جميع الأحوال، قد يستمرُّ الإسهالُ في بعض الحالات بشكلٍ يوميٍّ في حياة الشخص.

عانت امرأةٌ عمرها 70 سنة من إسهالٍ متوسطٍ إلى شديدٍ لمدة 50 سنة، وشُخِّصَتْ حالتُها على أنَّها تُعاني من التهاب البنكرياس. وهي تقومُ بإفراغ أمعائها من 10-15 مرَّةً وسطياً في اليوم. كما عانت من نقصٍ سكرٍ الدم لفترة سنوات. ووُجِدَتْ لديها أُرْجِيَّةٌ لجميع الحبوب والفواكة والدهون والسكريَّات والبروتينات. وعندما جرَّت مُعالجَتُها للأُرْجِيَّة تجاه هذه المواد، توقَّفَ الإسهالُ الذي دامَ عندها 50 عاماً، وتحسَّنَ نقصُ سكرٍ الدم لديها. والآن، هي تستمتعُ بحياتها - وقد بلغت من العمر 75 سنة - بشكلٍ لم تعرفه من ذي قبل.

الأُرْجِيَّاتُ الطُعاميَّةُ

عندما أتيتُ إلى الدكتورة ديفي للمرة الأولى، لم أكن قادراً على الأكل أو التنفُّس بسبب مُعالجة تلقِّيَّتها للأُرْجِيَّات التي كنتُ أعاني منها؛ فقد كانت لديَّ أُرْجِيَّات طُعاميَّة عديدة، وأُرْجِيَّات كيميائيَّة وأُرْجِيَّة للملوثات الموجودة بالهواء والعفن؛ ويمكن القول بأنَّه كانت لديَّ أُرْجِيَّة تجاه أيِّ شيءٍ يخطر بالبال. أخبرتها عن المُعالجات التي تلقِّيَّتها، وقامت بمُعالجتي وخلصتني من أُرْجِيَّتي لهذه المواد، وبقيتُ أراجع الدكتورة ديفي بين الحين والآخر مدَّة عامين، حيثُ استطعتُ أن أجد عالماً جديداً من الطعام والأقمشة (الألبسة) والهواء من دون أن يزعجني ذلك حالياً.

أرجية الفسق المسببة للشرى

لما طالب جامعي في التاسعة عشرة من العمر. كنت لدي أرجية شديدة للفسق طوال حياتي؛ فإذا تناولت أي شيء فيه قدر من الفسق أو زيت الفسق، يحدث لدي مباشرة شرى واسع (كبير) مزعج على كامل جسمي، وأعاني من حكة عذبة، كما كان يحدث لدي التهاب قصبات شديد غالباً، لا يستجيب للمضادات الحيوية؛ وأصبحت نزقاً وسريع الغضب، وعانيت نوعاً من عدم الارتياح والقلق. وبإضافة إلى ذلك، أعاني من متلازمة تملل الساقين Restless leg syndrome خلال ليلتي من تناول الفسق. كما يحدث لدي صداع، وأشعر بالنعب والاحتلب وفقد الرغبة (الدافع) إلى الدراسة والقيام بواجباتي (نشاطاتي) المعتادة، وذلك بعد أن أتناول الفسق.

كنت أجلس في حوض الحمام مع الملح الإنكليزي Epsom salt عدة ساعات يومياً، محاولاً إزالة السموم من جسمي. وكان يوفر لي هذا الحمام بعض الراحة من الحكة الدائمة. وأخيراً، وبعد بضعة أشهر، أشعر تدريجياً بالراحة. وبعدها، سمعت عن المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، وعولجت تجاه جميع الأماسيات والفسق وزيت الفسق وزبدة الفسق ورائحة الفسق وعفن الفسق. وبعد أن تخلصت من الفسق والمنتجات المحتوية على الفسق (المتلجات المحتوية على زبدة الفسق، والحلويات، وزبدة الفسق... إلخ)، لم يَعد يحدث لدي تفاعل تجاه هذه المواد؛ وأصبحت أتناول شطيرة من زبدة الفسق أو الحلويات أو المتلجات بين الحين والآخر دون أن تحدث لدي تفاعلات جانبية. وقد قامت الدكتور ديفي بتعليم والنتي أن تفحصني من أجل أية أرجية يمكن أن تحدث عند تناول أية وجبة جديدة تحتوي على الفسق تشتريها أو تحضرها إلى المنزل؛ وقد تعلمت أيضاً كيف أتفحص نفسي تجاه الأرجية باستعمال اختبار الحلقة "O" قبل أن أتناول أي طعام يحتوي على الفسق. وعولجت قبل حوالي 4 سنوات، ولم يَعد يحدث لدي أي تفاعل أرجي (تحسسي) بفضل طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

عندما يوجد إمساك أرجي (تحسسي) المنشأ، يمكن أن يؤدي إلى أن تقوم الأمعاء بحبس المادّة البرازيّة (البقايا غير الممتصة من المفرزات المعويّة) حتّى تفسد (وتستعفن) مسببة هجمات متقطعة من الإمساك والإسهال. ويسبب الحليب في بعض الحالات مثل هذه الحالات من الإسهال الشّدِيد الذي قد يحدث حتّى بتناول قطرات معدودة منه.

وفي كثير من الحالات، يحدث كل من الإمساك والإسهال بالتّرافق مع أعراض أرجية أخرى؛ فقد عانى رجل عمره 42 عاماً من قيء صفراوي منذ طفولته، ومن

صداع نصفي (شقيقة) بين الحين والآخر، وألم وانزعاج بطني، والتهاب قولون مخاطي، وهشج أمعاء، وأرجية شديدة تجاه الغلوتين Gluten، وإمساك وإسهال متقطعين، وقارحة فم متكررة، وجفاف في الفم ونوام وأرق وشرى متقطع، وزيادة في تواتر البول ونوب من تدمي البراز؛ كما عانى أيضاً من زكام متكرر والتهاب قصبات وسيلان من خلف الأنف مستمر. ولذلك، تلقى معالجات من عدة أطباء، طبيب داخلي وطبيب الجهاز الهضمي وطبيب الجهاز البولي وطبيب الجلد؛ ولم تستطع المعالجات التي تلقاها أن تخلصه من أعراضه. وأخيراً، جرى فحصه من قبل اختصاصي أرجيات لم يجد أية أرجية طعامية لديه، ولكنه وجد أن لديه أرجية شديدة تجاه شعر القطط، وأكد عليه أن يتخلص من القطعة التي لديه.

وعندما جاء أخيراً إلى مكتبنا، وخضع لاختبارات الاستجابة العضلية، اكتشفنا أن لديه أرجية للعديد من المواد الطعامية التي كان يتناولها: الدجاج والجزر والبازلاء والزبيب ونوع شعبي من الشاي؛ وكانت هذه المواد أساسية في نظامه الغذائي؛ فابتعد عن جميع الأطعمة المثيرة لأرجيته، فزالت الأعراض لديه خلال فترة أقل من أسبوعين. وجرت معالجته بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، وتحرر من التفاعلات الأرجية لهذه المواد. وهو يستطيع الآن تناول أي شيء، ويندُر أن يحدث لديه تفاعل تجاه أي طعام. كما جرت معالجته من الأرجية تجاه شعر القطط، وقد أحضر قطاً آخر، وهو يستمتع بتربيته دون أية مشكلة.

مُتَلَازِمَةُ الْقَوْلُونِ الْمُتَهَيِّجِ

تُعَدُّ الأرجية السَّبَبُ الرئيسي لمعظم الأمراض التي توجد في الأمعاء غالباً، وتبتدئ بالغثيان وعسر الهضم وحرقة الفؤاد والقلس وتطيل البطن، والمعص والإسهال والغازات والإمساك وآلام البطن والمعدة العصبية. وإذا لم يُتَبَّه إلى ذلك مباشرة، فإنه يمكن أن يؤدي إلى سعال ورشح وزُكام والتهاب جيوب والتهاب قصبات، ونوبات قلبية وصداع نصفي (شقيقة)، واضطرابات عقلية وعاطفية، وحالات تحرُّشية والتهاب مفاصل وداء كرون ومتلازمة القولون المُتَهَيِّجِ وعَدْوَى المثانة، واضطرابات طمئية واضطرابات جلدية وسكتة وسرطان، وأخيراً الوفاة.

مُتَلَاذِمَةُ الْقَوْلُونِ الْمُتَهَيِّجِ اضْطِرَابٌ يَصِيبُ الْأَمْعَاءَ؛ وَبِحَسَبِ الْأَبْحَاثِ الطَّبِيَّةِ الْغَرِيبَةِ، لَمْ يُكْتَشَفْ سَبَبٌ مُحَدَّدٌ لَهُ. وَلَكِنْ، يُمْكِنُ أَنْ يَحْرُضَ (أَوْ يُطْلَقَ) هَذَا الْاضْطِرَابَ النِّظَامُ الْغِذَائِيُّ وَالْأَدْوِيَّةُ وَالْهَرْمُونَاتُ وَالْعَوَامِلُ الْإِنْفَعَالِيَّةُ.

يُعَدُّ أَلْمُ الْبَطْنِ الْعَرَضُ الْأَكْثَرُ شُيُوعاً فِي مُتَلَاذِمَةِ الْقَوْلُونِ الْمُتَهَيِّجِ، وَلَا سِيَّماً بَعْدَ الطَّعَامِ. أَمَّا الْأَعْرَاضُ الْأُخْرَى فَهِيَ الْإِسْهَالُ أَوْ الْإِمْسَاكُ الدَّوْرِي، وَأَلْمُ أَسْفَلِ الْبَطْنِ، وَالْأَلْمُ بَعْدَ الْأَكْلِ، وَإِفْرَاغُ الْأَمْعَاءِ (التَّفْوُطُ) بَعْدَ الْأَكْلِ مُبَاشَرَةً، وَالْمَعْصُ فِي أَسْفَلِ الْبَطْنِ، انْتِفَاخُ الْبَطْنِ وَتَطَبُّلُهُ، وَالْغَثِيَانُ وَالصُّدَاعُ وَالْإِكْتِثَابُ وَالتَّعَبُ وَالْقَلَقُ وَضَعْفُ التَّرْكِيزِ.

لَقَدْ تَبَيَّنَ بِوَسْاطَةِ اخْتِبَارَاتِ الْإِسْتِجَابَةِ الْعِضْلِيَّةِ NTT أَنَّ مَرْضَانَا الَّذِينَ يُعَانُونَ مِنْ مُتَلَاذِمَةِ الْقَوْلُونِ الْمُتَهَيِّجِ لَدَيْهِمْ أَرْجِيَّةٌ كَبِيرَةٌ لِلْأَطْعَمَةِ. وَعِنْدَمَا تَجْرِي مُعَالَجَتُهُمْ تَجَاهَ مُعْظَمِ الْأَرْجِيَّاتِ الطَّعَامِيَّةِ الَّتِي يُعَانُونَ مِنْهَا، يُصْبِحُونَ دُونَ أَعْرَاضٍ وَيَسْتَرِيحُونَ مِنَ الْأَلْمِ.

عَانَى شُونُ Sean، وَهُوَ شَابٌّ فِي الرَّابِعَةِ وَالْعِشْرِينَ مِنْ عَمَرِهِ، مِنْ مُتَلَاذِمَةِ الْقَوْلُونِ الْمُتَهَيِّجِ لِمُدَّةِ سِتَّةِ سِنَوَاتٍ، حَيْثُ كَانَ يَشْكُو مِنْ تَشْنُجَاتٍ (مَعْصٍ) بَطْنِيَّةٍ شَدِيدَةٍ فِي جَمِيعِ الْأَوْقَاتِ، وَكَانَتْ لَدَيْهِ أَرْجِيَّةٌ شَدِيدَةٌ لِلْأَدْوِيَّةِ. وَلَمْ يَكُنْ يَسْتَطِيعُ أَنْ يَأْكُلَ أَيَّ شَيْءٍ، كَمَا كَانَ لَدَيْهِ إِسْهَالٌ بِشَكْلِ مُسْتَمِرٍّ، وَقَدْ نَحَوَ 32 كِغَمًا مِنْ وَزْنِهِ خِلَالِ سَنَةٍ وَاحِدَةٍ، وَلَمْ يَكُنْ قَادِرًا عَلَى الْعَمَلِ أَوْ الدِّرَاسَةِ، وَلَدَيْهِ اكْتِثَابٌ، وَبَدَأَ يَعْزِلُ نَفْسَهُ عَنْ جَمِيعِ أَصْدِقَائِهِ.

أَحَالَهُ أَحَدُ أَصْدِقَائِهِ لِتَلْقَى الْمَعَالِجَةَ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامُودِرِيَادِ، وَبَدَأَ الْمَعَالِجَةَ فَوْرًا. وَكَانَتْ تَتَحَسَّنُ الْأَعْرَاضُ لَدَيْهِ بَعْدَ كُلِّ جُلُوسَةٍ عِلَاجٍ؛ وَبَعْدَ تَلْقِيهِ الْعِلَاجِ لِثَلَاثِينَ بِمَجْمُوعَةٍ طَّعَامِيَّةٍ، أَصْبَحَ خَالِيًا تَمَامًا مِنَ الْأَعْرَاضِ؛ وَوُجِدَ عَمَلًا، وَقَرَّرَ الْعُودَةَ إِلَى كُلِّيَّتِهِ بِدَوَامِ جَزْنِي. وَهُوَ يَسْتَطِيعُ الْآنَ تَنَاوُلَ جَمِيعِ أَنْوَاعِ الْأَطْعَمَةِ دُونَ أَنْ تَشِيرَ لَدَيْهِ أَيُّ انْزِعَاجٍ أَوْ أَلْمٍ بَطْنِيٍّ.

يَتَمَيَّزُ التَّهَابُ الْقَوْلُونِ Colitis بِلَيُونَةِ الْبِرَازِ (عَدَمِ تَمَاسِكِهِ)، وَبِإِسْهَالٍ وَمَعْصٍ وَتَجَشُّؤٍ وَقِيءٍ، وَبِأَعْرَاضٍ مُتَنَوِّعَةٍ فِي الْمَعْدَةِ وَالْأَمْعَاءِ. غَالِبًا مَا تَكُونُ أَرْجِيَّةُ الْمُنْشَأِ؛ وَقَدْ يَكُونُ سَبَبُ بَعْضِ أَنْمَاطِ التَّهَابِ الْقَوْلُونِ الْأَمِيْبَةِ Amocba، وَهِيَ طِفِيلِي (Parasite) وَالْجَرَاثِيمُ. وَيَشِيعُ حَدُوثُ هَذَا النَّمْطِ مِنَ التَّهَابِ الْقَوْلُونِ أَوْ الزُّحَارِ بِشَكْلِ كَبِيرٍ فِي الْمَنَاطِقِ الْإِسْتَوَائِيَّةِ، وَيَحْصُلُ نَقْلُ الطِّفِيلِيَّاتِ إِلَى مَنَاطِقٍ أُخْرَى عِبرَ

الأشخاص الذين يسافرون ويعودون إلى بلادهم غالباً. وتكون الطفيليات مستأرجات في معظم هذه الحالات. ومهما يكن من أمر، فمن السهل تشخيص النمط الطفيلي من التهاب القولون بواسطة الطرق المختبرية؛ وعندما تعطي هذه الاختبارات نتائج سلبية، فإنه من الحكمة أن نأخذ إمكانية وجود الأرجية بعين الاعتبار. وهناك نمط آخر من التهاب القولون يُسمى التهاب القولون اللانوعي Nonspecific colitis، ولا يمكن تشخيصه بواسطة الاختبارات المختبرية. ويحدث هذا النمط عند الأشخاص العصبيين القابلين للاستثارة أو غير المستقرين، وتعدُّ الحالة العصبية هي المسؤولة عن التهاب القولون في مثل هذه الظروف؛ فقد يكون لدى الأشخاص الشديدي العصبية أرجية تجاه الأدرينالين Adrenaline الذي تُفرزه أجسامهم. وترافق العصبية الشديدة أو تُفاقم التظاهرات (المظاهر) الأرجية غالباً، مثل التهاب القولون. ويكون هؤلاء الناس شديدي التحسس تجاه الفيتامين B المركب.

عانت امرأة في الثامنة والثلاثين من العمر بشكل دائم من إسهال وتعرُّق شديد من راحتي يديها قبل الذهاب إلى أي اجتماع رسمي. وكانت مديرة مصرف، ولديها عددٌ من هذه الاجتماعات كل أسبوع. كما كانت لديها أرجية تجاه الأدرينالين المُفرز من جسمها. وبعد أن جرت مُعالجتها بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد للأدرينالين، لم تُعدُّ لديها هذه المشكلة أبداً.

تُعدُّ الأرجية للحليب والقمح والحبوب والبهارات والفواكه من أكثر أسباب التهاب القولون الأرجي شيوعاً. كما تُعدُّ الأرجية للخضار والسمك واللحم والأطعمة الأخرى - بدرجة أقل ومن دون شك - مسؤولة عن هذه الحالة.

تُشاهد في التهاب القولون المخاطي Mucous colitis أعراضٌ مُشابهة جداً لتلك المُشاهدة في التهاب القولون العادي، باستثناء تشكُّل كميات كبيرة من المخاط في الأمعاء الدقيقة (الغليظة)، ومرورها عبر الأمعاء الغليظة. وتُعرف هذه الحالة "بربو الأمعاء Asthma of the bowels"، وهي تحدث غالباً عند الأشخاص الذين لديهم تظاهرات أرجية أخرى مثل الربو. ويُطِن القناة الهضمية والأمعاء النمط نفسه من الأغذية المخاطية. وبالطريقة نفسها التي تتشكل فيها كميات كبيرة من المخاط في الطرق التنفسية عند الشخص الذي لديه ربو قصبي، يحدث الأمر نفسه في الأمعاء عندما تُصيبها حالة أرجية.

عانى رجلٌ في الثامنة والثلاثين من عمره من إسهالٍ مائيٍّ غزيرٍ مترافقٍ مع تشنجاتٍ بطنيةٍ ومرورٍ (إفراغ) مخاطٍ مُلطَّخٍ بالدم لعدَّةِ سنواتٍ، حيث كان لديه التهابٌ قولونٍ مخاطيٍّ. كما كان لديه أعراضٌ أخرى، مثل الغثيان والقَيْءُ والألم في القسم العلوي من البطن وحالة أرجيةٍ جلديةٍ شديدة. وأُجريت دراساتٌ مختبريةٌ دقيقة، وأُعيدت الفحوصاتُ من قبل مُختصِّينَ بارزين في محاولةٍ لتحديد سبب الأعراض، ولكن لم يحصل أيُّ تقدُّمٍ أو شفاء. وعندما أتى إلى عيادتنا، اكتشفنا أنَّ لديه أرجيةً شديدةً تجاه معظم الأطعمة الشائعة: "لحم العجل والبيض والحليب والخبز والسَّمك والفواكه. وجرت مُعالجته لهذه الأرجيات الطعمية المتنوعة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. وزالت لديه الأعراضُ بعدَ عدَّةِ أشهرٍ، وأصبح قادراً على تناول الكثير من أطعمته المُفضَّلة دون أية مشكلة.

حالةٌ أخرى كانت تُؤخذ فيها المريضةُ إلى المُستشفى بشكلٍ متكرِّرٍ لإجراء عمليَّاتٍ بسبب الاشتباه بحدوث انسدادٍ أمعاءٍ لديها. وعند وصولها إلى المُستشفى في كلِّ مرَّة، كانت أعراضها تتحسن قبل إجراء العملية. وأخيراً، أمكن اكتشاف أنَّ حالتها كانت في الواقع وذمةً وعائيةً عصبيةً (تورُّم) في الأمعاء، سببها الأرجية تجاه القمح. وبعد إزالة أرجية القمح، اختفت مشكلتها، حيث - ولسبب ما - لم يكن دماغها يُفرز كميةً كافيةً من الأدرينالين عندما تتناول القمح، ممَّا يؤدي إلى تورُّم الأمعاء. وعندما كانت تُؤخذ إلى غرفة العمليات، تشعر بالخوف، ممَّا يؤدي إلى زيادة إفراز الأدرينالين الذي يقوم بدوِّره في مُعالجة الحالة.

بالرغم من أنَّ الطعام يُسبب جميع أنماط الأرجية في السبيل المعدي المعوي عادةً، هناك موادٌ أخرى يمكن أن تكون مسؤولةً عن هذه الحالة مثل: المواد المُستنشقة والمواد الصُّنعية الشبيهة بالنايلون والصُّوف والمطاط ومُشتقات اللاتكس والمواد البلاستيكية والفورمالدهيد... إلخ. ويكون الحليب عادةً هو المسؤول الرئيسي، كما يكون لدى معظم هؤلاء المرضى حساسيةً تجاه مُشتقات الحليب. ووُجد أيضاً أنَّ بعض الأطعمة الأخرى يمكن أن تكون مُحرضاتٍ أو مُسبباتٍ في التهاب القولون التقرُّحي Ulcerative colitis. وربَّما تحدثُ قرحاتٌ في مواقع الآفات الصغيرة في الأمعاء، وتُصاب فيما بعد بالعدوى. وعندما يحدث هذا الأمر، تظهر قرحةٌ مؤلمةٌ كبيرة.

متلازمة القولون المتهيج

كنت أعاني منذ طفولتي من أوقات عصيبة عند تناولني أطعاماً معينة من الطعام؛ وأخذ الأمر يزداد سوءاً باطراح مع تقدمي بالعمر. وعندما أصبحت في سن 21 سنة، كنت أستطيع تناول بعض الحبوب والأطعمة غير الدهنية وبعض الفواكه. وفي عمر الثالثة والعشرين، لم يقدّر بإمكانتي تناول أي شيء. وعندما كنت أشعر بالجوع، أذهب إلى المطبخ وأتناول شريحة من الخبز أو زبدية من الحبوب Cereal للغداء والعشاء، وكنت بعدها أعاني من ألم شديد. وقد جربت جميع الأدوية والعلاجات المتاحة. كما جربت المعالجة الإخلافاية Allopathy والأعشاب والمعالجة المثلية Homopathy وطب القرحة Iridiology (مع برنامج غذائي داعم). وقد جرى تشخيص متلازمة القولون المتهيج لدي، وأخبروني بأنه لا علاج لها. وتعرضت لجميع الفحوص التي يمكن أن تُجرى للجهاز المعدي المعوي؛ وعانيت من تعب شديد. وكان وزني يتراوح بين نحو 44 و50 كغ خلال هاتين السنتين (كان طولي 175 سم). ولم يكن جسمي يمتص المواد الغذائية من الطعام، ولم أكن أعرف أن سبب مشاكلي أرجيكت طعامية، وتوالت على فكرة أن لدي أمعاء ضعيفة، حتى أخبرني صديقي في يوم من الأيام أن أتصل بالدكتورة ديفي، وحصلت على كتاب قل وداعاً للمرض Say Good-bye to Illness الذي بين أيدينا.

بدأت المعالجة بعد أسبوع من قراعتي للكتاب، وكان بإمكانني ملاحظة الفرق في جسمي مباشرة، حيث أصبحت أكثر نشاطاً (حيوية)، وزاد وزني بعض البوندات (الكيلوغرامات) خلال بضعة أسابيع. وقد لا يبدو الموضوع مثيراً للاهتمام، ولكنه بالنسبة لي إنجاز كبير حيث إنني كنت دائماً أفقد الوزن بشكل ثابت لفترة لا تقل عن 24 شهراً. والأهم من ذلك كله فقد توقّف ألم البطن عندي، وأظهرت فحوصاتي الدموية زيادة خفيفة في الكولسترول والبروتين، ممّا يدلّ على أن جسمي قد أخذ يمتص العناصر الغذائية.

والآن، لم أبلغ حتى نصف الطريق في المعالجة، وما زال بإمكانني ملاحظة استجابة جسمي للمعالجة. وأشعر بالراحة عندما أتناول أطعمة لا تسبب الأرجية، حيث عولجت من أرجيكتي تجاهها، وأمتنع عن الأطعمة التي تسبب لي الأرجية (التحسس). وحالما أتناول أطعمة تسبب لي الأرجية، تحدث لدي مشاكل معوية، وأبدأ بفقدان الوزن. وقد تمتعت الدكتور ديفي بصبر كبير لتجيب عن أسئلتني، ولتساعدني في الأوقات الصعبة.

لا يمكنني أن أبالغ في تقدير أهمية تعلم الفحص الذاتي المشروح في كتب الدكتورة ديفي، حيث إنه لا يمكن لكل منّا أن يعرف ما هو الطعام الذي يسبب له الأرجية؛ فعلى سبيل المثال، يمكنك تناول قطعة من الخبز مصنوعة من طحين القمح، والاعتقاد أنه قد

جرت معالجة الأرجنية تجاه القمح من قبل. ولكن قد يحتوي هذا القمح على بعض المواد الكيميائية أو المواد الإضافية التي يمكن أن تسبب لك الأرجنية. ولذلك يمكن أن تمرض بعد تناول هذا الخبز. وهذا ما يحدث لي غالباً حيث إنني لا أزال أتعلم حيل الاختبارات. وتساعدك طريقة هذه الاختبارات على البقاء بعيداً عن المشاكل، وتسرع شفاءك في أثناء فترة العلاج؛ ويتعرض كل شخص في أثناء المعالجة لفترات تحسن وفترات نكس.

واعتقد أن سر إكمال هذه المعالجة بنجاح هو الصبر فيما يتعلق بالنتائج، والحذر في اختيار الطعام الذي تتناوله، وتعلم طريقة الاختبارات الذاتية. ونصحتي للأشخاص الذين يعانون من متلازمة القولون المتهيج هي: هناك ضوء في نهاية النفق، وهناك أمل لكم عبر طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريدا، فتمسكوا به.

متلازمة القولون المتهيج

شخص لدي منذ ثلاثين عاماً متلازمة القولون المتهيج. وقد تأثر نمط حياتي بأكمله خلال هذه السنوات، حيث لم يكن باستطاعتي الذهاب في رحلات طويلة، أو الذهاب لقضاء عطل، أو الخروج للتنمّع بالمناظر الطبيعية والبقاء خارج المنزل لأوقات طويلة. ولم أكن أعرف أبداً في أية لحظة سأحتاج إلى الذهاب إلى دورة المياه. وعند ذهابي إلى أي مكان، كان عليّ أتأكد من توفر دورة مياه (مراض). وقد جربت المعالجة الإخلافية Allopathy والمبتلية Homopathy، ولكن دون فائدة؛ ثم تعرفت إلى الدكتورة ديفي عن طريق شقيقتي، والتي أراها عطية أو نصمة إلهية؛ وبعد الجلسة العلاجية الأولى، شعرت بالتغيير في جسدي، حيث أصبحت معدتي أكثر هدوءاً، ولم يعد يتوجب عليّ التأكد دائماً من وجود دورة مياه قريبة.

وأثوي أن أتابع العلاج حتى النهاية إلى أن تزول جميع مشاكلي. شكراً جزيلاً لك، دكتورة ديفي.

أرجية السكر سببت لي ألماً في المبيض!

تدهورت صحتي ببطء خلال عدة سنوات، وتناقصت أنواع الطعام التي أصبح بإمكانني تناولها إلى حدٍّ أصبحت فيه قادرة على تناول الخضار والخبز المصنوع منزلياً فقط. وبدأت أتعرض لمشاكل في البنكرياس أدت إلى عدم قدرتي على هضم البروتين والأرز والفواكه والأطعمة النشئة والسكريات. هذا، وأجريت لي اختبارات طبية لتحديد ما إذا كان هناك أي سبب فيزيولوجي لمشكالي البنكرياسية. ولم يظهر لدي داء سكري أو نقص غلوكوز سريري، وكانت النتيجة أنه لدي حالة نقص وفرط سكر الدم استجابة للكربوهيدرات. كما حدث لدي أيضاً ألم (محص) شديد في المبيض الأيسر. وأظهر الفحص بالأمواج الفائقة الصوت (فوق الصوتية) وزماً ليفياً راحياً صغيراً فقط، ولم يكن هناك كيسات مبيضية. وبالرغم من أنه لم يكن هناك سبب فيزيولوجي لهذه المشكلة، فبأنها بقيت واستمرت وأخذت تزداد سوءاً خلال عدة سنوات.

ومنذ أن تلقيت العلاج بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد بدأت أحسُّ بتحسُّن ملحوظ على جميع الأصعدة؛ فقد كان هناك تحسُّن ملحوظ من ناحية المشاكل البنكرياسية واستجابة البنكرياس منذ الجلسة العلاجية الأولى. وبعد أن أزيلت أرجية السكر لدي، أصبح بإمكانني تناول القليل من عصير الفواكه والمربى للمرة الأولى منذ سنوات، دون أن تحدث لدي تفاعلات شديدة. وكنت أدهش للتغير؛ وأصبحت رائحة الطعام ومذاقه جيئنين بالنسبة لي كما كنا سابقاً.

وقبل أن أتلقي العلاج للأرجية التي كانت لدي تجاه السكر، كنت أعاني من محصٍ شديد في المبيض الأيسر لعدة أيام. وبعد أن أزيلت أرجية السكر لدي لم أعد أشعر بالمحص، واستمرت حالتي بالتحسُّن. ودهشت، وأصبحت سعيدة عند رؤيتي هذا التحسُّن بهذه المرحلة، بعد أن عانيت من المشاكل لعدة سنوات.

وبالرغم من أنني ما زلت في المراحل الأولى من العلاج بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد (العلاجات الستة الأساسية)، فبأنني متشجعة كثيراً نتيجة للتغيرات التي لمستها. فقد أصبحت قادرة على تناول أطعمة أكثر، وأشعر بروعة رائحة الطعام ومذاقه من جديد، دون أن أتعرض للألم المزمن. وأنا سعيدة لكوني أعمل مع أناس ذوي معرفة عالية، استطاعوا خلال وقتٍ قصير أن يُحدثوا اختلافاً ملحوظاً (تحسُّناً) في حالتي.

داء كرون

كنت أن أفقد حياتي. فقد كنت أعاني من مرضٍ مُضِنٍ يُعرف 'بداء كرون'. كنت أدخل وأخرج من المستشفى باستمرار، واكتشفتُ (كأي مريضٍ يعاني من داء كرون) أن العلاج (ما عدا المداخلات الجراحية) أصبح جرعات كبيرة من الـبرينيزون Prednisone (الستيرويدات) أو أدوية أخرى مثبّطة للمناعة ومؤذية للجهاز المناعي بأكمله. كما يصبح من الصعب جداً على المرضى أن يوقفوا تناولها بمجرد أخذ جرعة عالية منها. لقد أنقذت طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد حياتي. ويمكن أن ينقذ الـبرينيزون أو الأدوية المثبّطة للمناعة الأخرى حياة المريض الذي يتزف أو يتعرض للمجاعة حتى الموت بسبب هذا المرض. ولكن على أية حال، يبقى إعطاء مثبّطات المناعة الخطيرة التي تستهدف الأغراض هو الخيار الوحيد، حيث لم يجز تحديدُ السبب الحقيقي لهذا المرض.

شكراً للحياة الجديدة، حيث تستهدف المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد التي تجربها الدكتورورة ليفي سبب داء كرون. ولقد أخفقت جميعُ محاولاتي لإيقاف جرعة الـبرينيزون تحت 35 مغ. ولكن بعد أن تلقّيتُ عدداً قليلاً من الجلسات العلاجية بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد لعلاج الأرجيئات الطعمية المتنوعة، تمكّنت من تخفيض الجرعة من 35 مغ إلى 5 مغ دون أن تحدث تليّفات غير مرغوبة، ولم تحدث لديّ أغراض من نزف ومجاعة أو نكس للمرض.

ولن أتعرض إلى مداخلات جراحية في المستقبل، وأفقد أي جزءٍ من أمعائي.

شكراً من أعماق قلبي للدكتورورة نامبودريباد لاكتشافها العلاج لمرضٍ خطير، مثل داء كرون.

أرجيتي تجاه المحار

أردت أن أتكلم فقط عن حالتي، حيث عانيت منذ 7 سنوات من أرجية تجاه الطعام البحري، بما فيها المحار والمسمك، وذلك بعد تناولني للعشب البحري في فلوريدا، فلقد نشأت في بار هاربر Bar Harbor، واعتدت على تناول الأطعمة البحرية طوال حياتي. ومنذ فترة قصيرة، ذهبت لرؤية الدكتور الكسندر - مركز الكسندر للمعالجة اليدوية Alexander Chiropractic Center في لورنس هيل Lawrenceville، وعولجت (تطلب الأمر 4 جلسات). ولآن، أستطيع أن أتناول القريدس Shrimp والبلو المحاري Clams (صنفه البطليونس) والأسقلوب (محار مروجي الشكل)، ولم أعد أتعرض للشرى على كامل جسدي، حيث كان هذا الشرى يأخذ حجماً كبيراً، ويلفد بالارفاق، ويستمر 2-3 أسابيع أحياناً قبل أن يزول نهائياً. وكنت لدي أيضاً أرجية تجاه الفيتامين C والشوكولاته وحمض المعدة. وبالتأكيد، فقد تحسنت حياتي؛ فشكراً لكم لاكتشاف هذه التكنولوجيا.

حالة التهاب القولون لديّ لمدة 20 عام

عانيت من أرجيئات استشفائية طوال حياتي، وكذلك الأمر عند والدي وأولادي للأسف. وقد وجد نظام طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد العلاجي أنه، بالإضافة لذلك، كان لديّ عدة أرجيئات طعميّة، بعضها كانت أطعمتي المفضّلة.

بقيت متبعاً منهج العلاج تجاه الأرجيئات الطعميّة قبل الأرجيئات البيئيّة. وبعد حوالي 12 جلسة من العلاج تجاه الأرجيئات الطعميّة، أقول لقد كان لديّ التهاب قولون متقطع امتدّ على مدى 20 عاماً، وتميّز بمعص بطني وإسهال متقطع. وبالطبع، أجريت عدّة اختبارات تشخيصيّة لتحديد سبب التهاب القولون، بما فيها تصوير القولونات الظليل بالأشعة، وتنظير القولونات وعدّة اختبارات مصلية. ولم يستطع أحد أن يجد السبب أو أي سبب مرضي، ثم اكتشفت مالا Mala، مساعدة الدكتور نامبودريباد من خلال علم الحركة Kinesiology، أن سبب التهاب القولون لديّ قد حدث خلال الملوّدة (خدمة الطبيب داخل المستشفى نورياً).

طلب مني في أثناء تلقي المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد أن أعصر دماغى، وأتذكّر ما يمكن أن يكون قد حدث خلال تلك السنة؛ وتذكّرت أنه في أثناء إقامتي، أصيب والدي بداء هولجكن Hodgkin's disease، وتوفي في أثناء فترة إقامتي (الملوّدة)؛ واعتقدت أنني قد تخلصت من التأثير العاطفي المرتبط بوفاته، ولكنني فوجئت باكتشاف أن التأثير العاطفي أثر على القولون لديّ وسبب نوبة تشبه الاختلاج استمرت حوالي 10-15 دقيقة في بطني في أثناء المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، ودمعت عيناى عندما بدأت بتذكّر وفاته. وفي نهاية ذلك اليوم، وما تلاه، اختفت أعراض التهاب القولون لديّ، ولم تزد منذ سنتين. وأنا شديد الامتنان للعلاج بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد والتي خلّصتني بشكل كامل من المرض الجسدي النفسي الذي دام عدي طويلاً، لا سيما وأنّ الشفاء كان كبير التأثير.

أرجيئي للبصل!

كانت لديّ أرجيّة شديدة للبصل؛ وعندما كنت أشم رائحة بصل يطبخه أحد في المطبخ، كنت أشعر بالغثيان وأصاب بالأم في معدتي. كما كان يحدث لديّ شرى واسع مؤلم وصّداع شديد إذا تناولت البصل بأي شكل من أشكاله عن طريق الخطأ. وبعد العلاج للأرجيّة تجاه البصل، لم أعذ أعاني من أي من هذه المشاكل أبداً.

فَفضلاً عن التّظاهرات (المظاهر) التحسّسية (الأرجيّة) المختلفة في السّبيل الهضمي، يعاني الكثير من الناس من أرجيّات خفيفة: عُسْر الهَضْم، التّخمة التّطبّل (التّفخّة)، الإمساك، حُرقة الفؤاد (اللّدغ)، تولّد الغازات... إلخ، وهي أعراض ليست شديدة بما يكفي للسعي نحو طلب المساعدة الطّبيّة؛ ويتناول هؤلاء الأشخاص غالباً بيكربونات الصّوديوم Sodium bicarbonate ومضادّات الحموضة Antacids والمليّنات... إلخ بقیة حياتهم، ويعالجون أنفسهم للتخلّص من الأعراض المزعجة. كما أنّ الأدوية المسكّنة المأخوذة للصّداع أو الالتهاب المفصلي... إلخ قد تؤدّي أيضاً إلى تهييج السّبيل المعدي المعوي أحياناً، فتكون بذلك ضارة أكثر منها مفيدة.

وفي الكثير من حالات الأرجيّة المعديّة المعوية الخفيفة، لا تصبح الأعراضُ حادّةً لعدّة سنوات؛ ولكن قد تزدادُ شدّةُ الأعراض في نهاية المطاف، وتصل إلى نقطة يخضع عندها المريضُ لجراحة لا حاجة لها. وإذا ما تعلّم الشخصُ تمييزَ الأعراضِ باكراً، يمكن في معظم الحالات إنقاصُ مدّة المعالجة كثيراً. وعندما تُعالجُ الحالة قبل أن تصبح الأعراضُ حادّةً، يمكن أن يتجنّب المريضُ ظهورَ المزيد من الملامح الشّديدة.

الفصل الثالث عشر

الأرجيات (الحالات التحسسية) والتغذية

تُعَدُّ الفيتامينات Vitamins والمعادن الزهيدة (النزرة) Trace minerals ضرورية للحياة؛ فهما يُعززان سلامة الجسم من خلال تنظيم عمليات الاستقلاب ومساعدة العمليات الحيوية التي تتحرر من خلالها الطاقة الموجودة في الأطعمة والأشربة التي نتناولها.

ومع أن الفيتامينات والمعادن النزرة يُعَدَّان من المُغذّيات الزهيدة المقدار (العناصر الغذائية الصغرى) micronutrients، ويحتاج إليهما الجسمُ بكميات ضئيلة، إلا أن نقص هذه العناصر الأساسية قد يُؤدّي إلى العديد من الاضطرابات والتلف في نُسج الجسم؛ وفي الجانب الآخر، نجد أن الماء والكربوهيدرات (السكريات) والدهون والبروتينات والمعادن الأساسية، كالكالسيوم والمغنيزيوم والصوديوم والبوتاسيوم والفوسفور، تُعَدُّ من المُغذّيات الكبيرة المقدار (الكبرى) macronutrients، ويحصل عليها الجسمُ من خلال الغذاء اليومي. ولهذا، فمن البديهي أن يحتاج إليها الجسمُ بكميات كبيرة. ولكن، ليست المُغذّيات الزهيدة المقدار أو الكبيرة المقدار ضرورية لإنتاج الطاقة اللازمة للقيام بالوظائف اليومية وحسب، بل هي مهمة أيضاً لنمو الجسم والعقل وتطورهما.

يُنتِجُ الجسمُ، بواسطة المُغذّيات الكبيرة المقدار (الكبرى) (الأطعمة والأشربة) والزهيدة المقدار (الفيتامينات والمعادن الزهيدة) موادَّ كيميائية هامة تُدعى الإنزيمات Enzymes، وأخرى هي الهرمونات Hormones؛ وتُعَدُّ هذه المواد حجر الأساس للقيام بوظائف الجسم اليومية؛ فالإنزيمات هي الحفّازات أو المنشطات البسيطة في التفاعلات الكيميائية التي تحدث في الجسم بشكل مستمر؛ كما أنه - من دون الفيتامينات المناسبة والمعادن الزهيدة - لا يمكن إنتاج الإنزيمات وقيامها بوظائفها بشكل كامل؛ وليس ذلك وحسب، بل إن العوز المديد في هذه الفيتامينات والمعادن

قد يُؤدِّي إلى عدم نضج أو اكتمال عمليَّات إنتاج الإنزيمات وتركيب البروتين، وإلى حدوث الطُّفَرَات Mutations في الخلايا وعدم اكتمال تصنيع الرِّنا RNA (الحمض النووي الرِّبِّي) والدِّنا DNA (الحمض النووي الرِّبِّي المَنزوع الأكسجين)... إلخ، وقد يتشابه ذلك مع العديد من الأمراض العضوية في الجسم. قد يَكُونُ عوزُ الفيتامينات والعناصر الأساسية الأخرى في الجسم ناجماً عن قلة تناول أو امتصاص هذه العناصر؛ وتُعزى اختلالات التَّوازن التغذوية (الغذائية) Nutritional imbalances بشكلٍ أساسي إلى الأرجيَّات (الحالات التحسُّسية) Allergies؛ فعندما تتعارض الطاقة البدنية مع العناصر الغذائية، مثل الفيتامين C والكالسيوم والمركَّب B complex B... إلخ، لا يمكن للجسم أن يمتصَّ الفيتامينات والمعادن الأساسية؛ والجسمُ بطبيعة الحال لا يمكنه القيام بوظائفه عند نقص الإنزيمات والوسائط... إلخ وغيرها من المواد التي لا بدَّ لتشكيلها من وجود تلك الفيتامينات والمعادن، ومن ثمَّ فإنَّ وظائف الجسم لن تسير بالشَّكل الطبيعي في حال عدم إنتاج الإنزيمات والهرمونات والوسائط المناعية الأخرى. وبذلك، ستحتلُّ وظائف الجسم، وسيستمرُّ ذلك الخللُ مدَّةً من الزمن، وقد يُؤدِّي إلى مرضٍ كبير. يمكن أن تقلَّد مُتلازِماتُ عوز الفيتامينات والمعادن Vitamin and mineral deficiency syndromes الكثير من الأمراض العضوية في الجسم. وعندما لا يقومُ الجسمُ بوظائفه بالشَّكل المناسب، فإنَّ ذلك الخللَ سيتحوَّل إلى مرضٍ يتسبَّب في الشُّعور بالألم، ممَّا يحدو بالمرضى اليائسين إلى مراجعة اختصاصي الصحة سعيًا وراء تخفيف معاناتهم. ومن الجدير بالذكر أنَّ اختصاصي التغذية Nutritionists يُمارسون دوراً في معالجة أولئك المرضى من خلال التوصية بتناول كميات كبيرة من الفيتامينات والمعادن، بالإضافة إلى بعض الأغذية الصحيَّة.

الاضطراباتُ الغذائيَّة

هيلين Helen مريضةٌ تبلغ من العمر 68 سنة، شُخِّص لها بأنَّها تعاني من ذابَّة حُمَامِيَّة Lupus erythematosus والتهاب مفاصل Arthritis، وقد تبيَّن أنَّ عددَ الكريات البيض قد انخفضَ لديها ليصل إلى 2000 كرية/مم³، ونُصحت بنقل الدم.

وفي أثناء الزيارة الأولى لهذه المريضة لعيادتنا، علمنا بأنها كانت تتناول 6-8 غرامات من الفيتامين C يومياً خلال الشهور الستة الماضية. ولدى استجواب هذه المريضة أيضاً، وجدنا أنها بدأت تُشكو من ألم المفاصل منذ ستة أشهر، وأنَّ انخفاضَ الكريات البيض قد حدثَ منذ شهرين فقط، كما وُجدَ أنَّها تُشكو من أرجية شديدة تجاه الفيتامين C الذي كانت تُعالج بسببه. والمهمُّ في الأمر أنَّ تعدادَ الكريات البيض قد أصبحَ 7000 /مم³ - وهو العدَد الطبيعي - بعدَ عشرة أيام من إنهاء المريضة لعلاجها من أرجية الفيتامين C.

جون John شخصٌ يبلغُ من العمر 38 سنة، كانَ يعاني من الاكتئاب Depression في معظم فترات حياته؛ وكان قد خضعَ جون للعديد من أنواع المعالجة، بما في ذلك المعالجة النَّفسية Psychotherapy، ووُجدَ أنَّ هذا المريض يعاني من أرجية (تَحسُّس) تجاه الحديد، حيث يوجدُ بالقرب من منزله العديدُ من الورشات التي تستعمل الحديد المطاوع في الزينة. هذا، وقد تخلصَ المريضُ من الاكتئاب الذي كان يعاني منه بعد أن عولجَ من أرجية معدن الحديد.

مichael شخصٌ يبلغُ من العمر 32 سنة، يعاني من سرطان جلدي في الوجه؛ ولدى تقييم هذا المريض، وُجدَ أنَّه يعاني من أرجية شديدة تجاه شفرات الحلاقة المقاومة للصدأ التي يستخدمُها في الحلاقة؛ كما وُجدَ أنَّ استعمالَ أحد كريمات الوجه الشائعة هو السَّبب في بدءَ سرطان الوجه عندَ مريضة أخرى، حيث إنَّ هذه المريضة كانت تعاني من أرجية تجاه الفيتامين A والكرِيم الجلدي. وقد تخلصَت تلك المريضة من الآفة بعدَ أن عولجت من تلك الأرجية.

هناك الكثيرُ من المرضى الذين يُعانون من عَوَزٍ في بَعْضِ المواد الغذائية بسبب عادات التغذية السيئة؛ ولذا، فإنَّهم يَسْتفيدون عادةً من التغذية الدَّاعمة ومن المعالجة باستعمال جرعات ضخمة من الفيتامينات. وفي المقابل، هناك الكثيرون أيضاً ممن يعانون من العوز التغذوي بسبب الأرجيات الغذائية، ممَّا يُفسِّر عدم استفادتهم من المعالجة باستعمال الفيتامينات، وليس ذلك فحسب بل إنَّ أكثرهم ستسوء حالته. إنَّ الأشخاص الذين سيَتَحسَّنون بسبب المعالجة بالفيتامينات سيروُن ذلك علاجاً مُعْجِزاً بسبب عودة أجسامهم للقيام بوظيفتها الطبيعية بعد سدِّ العوز الحاصل.

ولكنَّ الأشخاصَ الذين يعانون من أرجية تجاه الفيتامينات والمعادن لن يكونوا قادرين على امتصاص تلك المواد بسبب تنافر حقول الطاقة عند هؤلاء المرضى مع حقول الطاقة للفيتامينات والمعادن؛ فلدى تناول الطعام المنتظم، تسري كمية قليلة من الفيتامينات والمعادن خلال الجسم، ممَّا يحدث حقولاً دقيقة وتنافراً ضعيفاً؛ أمَّا عندما يُؤخذ الفيتامين أو المعدن على شكل حبوب، فإن تركيز تلك العناصر سيكون أكبر من بقية العناصر الغذائية، وكذلك سيكون الأمرُ بالنسبة للتَّنَافُر. وربما يكون هذا هو السَّبب في أنَّ المرضى الذين يعانون من الأرجية تسوء حالتهم عند استعمال المعادن والفيتامينات في المعالجة.

ولذلك، يجب تَقْصِي إصابة جميع المرضى بالأرجيات المحتملة قَبْلَ البدء باستعمال الفيتامينات في المعالجة. وإذا تبيَّن أنهم أرجيون، توجَّب معالجتهم من الأرجيات قبل الشُّروع في استعمال جرعات كبيرة من الفيتامينات والمعادن.

شُخِّصَ لمریضة تبلغُ من العمر 34 سنة إصابتها بمتلازمة التَّعب المزمن Chronic fatigue syndrome وفیروس إیشتاین - بار Epstein-Barr virus وداء المبيضات Candidiasis وعَدْوَى الخمائر Yeast infection، وذلك من قَبْل أحد الأطباء المشهورين، حيث عالجها لمدة سنتين دون أيِّ تحسُّن. في الجانب الآخر، شُفيَ أحدُ أصدقاء هذه المريضة - الذي كان يعاني من المشكِّلة نفسها بشكلٍ مذهل لدى معالجته من قَبْل اختصاصي تَغْذِيَة Nutrionist. وسعيًا وراء الشفاء أيضاً، هُرِغَتْ مريضتنا إلى ذلك الاختصاصي حيث تكبَّدت في زيارتها الأولى بضع مئات من الدولارات؛ ثم ذهبت المريضة، بعد أن وصُفَّت لها جرعات كبيرة من الفيتامينات والمعادن الداعمة مع نصحتها باتِّباع تغذية جيدة، لتسرع إلى محلات الأغذية مُبْتَهجة ظَنًّا منها أنَّها في طريقها للوصول إلى صحَّة جيِّدة.

لكن، تَحَطَّمتْ آمالُ مريضتنا في الأيام القليلة القادمة، حيث استيقظت وهي تعاني من آلامٍ جسدية شديدة وصداع لا يطاق. فأخبرت المريضة طبييها بما حدث، فأجابها بأنَّ السمومَ تخرج من جسمها بسبب تغيير غذائها وبفعل الفيتامينات والمعادن الإضافية. انتظرت المريضة بتلهُّف خروج تلك السموم من جسمها، إلَّا أنَّ حالتها أخذت تزداد سوءاً. وانتهى المطافُ بها بعد أسبوعٍ لتصاب

بالتهاب القصبات Bronchitis وبسعال متقطع وآلام مفصلية شديدة وإعياء شديد وصُدَاع وفَتور (فقدان النشاط) وبعض التورُّم في الكاحلين والركبتين. وهنا تَوَقَّعت المريضة عن تناول الفيتامينات والغذاء الصحي الموصوف لتحسَّن آلامها بشكل بسيط مع استمرار المشاكل التنفسية؛ وما كان منها - إذ ذاك - إلا أن استعملت بعض المضادَّات الحيوية الوسيعة القوية لعدَّة أسابيع دون ظهور أية نتائج إيجابية.

وبقيت المريضة تعاني من التهاب القصبات الحاد لسبب أسابيع، لتزور عيادتنا بعد ذلك؛ ومن خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية NTT، تبيَّن أنها تعاني من أرجية لمعظم الأغذية، لا سيَّما القمح الكامل ونخالة الشوفان وقشور النخالة... إلخ؛ ثُمَّ عولجت المريضة من جميع أرجيات الأغذية المعروفة أولاً، ومن ثم وُضعت على حمية خالية من الأغذية المؤرَّجة لتحسَّن التهاب القصبات والسعال، وتعود إلى نشاطها في أقل من أسبوعين. ومن المذهل القول بأن هذه المريضة عادت للعمل بشكل كامل بعد ثلاثة أشهر ونصف مع أنها كانت تُعدُّ في عداد المعاقين.

وبغض النظر عن موضوع الأرجيات، من الضروري معرفة بعض الأشياء عن كيفية استعمال الفيتامينات والمعادن؛ فمن ضمن الفيتامينات الأساسية نجد أن الفيتامين C والمركَّب B ذوَابان في الماء Water soluble، في حين أن الفيتامينات A وD وE وK ذوَابة في الدُّهن Fat soluble. ويُعتقد أنه من الضروري تناول الفيتامينات الذوَّابة في الماء بشكل يومي، لأنها لا تُخزن في الجسم، وتُطرح في غضون يوم إلى أربعة أيام، مع أن تجربتنا العملية السريَّة قد أثبتت غير ذلك.

في كثير من حالات أرجيات المركَّب B، لا يستطيع الشخص هضم القمح، مما يُؤدِّي إلى حدوث عوز في فيتامينات المركَّب B. بينما يمكن للشخص تناول القمح بعد المعالجة باستخدام طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد دون أية آثار مرضية، ممَّا يمكنه من امتصاص فيتامينات المركَّب B. ولدى استخدام طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، وُجد أن مقدار العوز في فيتامينات المركَّب B قد يبلغ 15 إلى 20 ألف ضعف المقدار المسموح به يومياً من هذه الفيتامينات، وأن هذا العوز يزول باستعمال كمِّيات إضافية كبيرة من فيتامينات المركَّب B لعدَّة أسابيع (حوالي 20-30 ضعف الكميَّة الموصى بها). ومع مرور الوقت، أمكننا

الستخلص من أعراض عوز فيتامينات المركب B نهائياً عند المرضى الذين عولجوا باستعمال كميات إضافية من الفيتامينات لعدة أسابيع. ومع أننا حصلنا على النتائج نفسها بالنسبة للفيتامين C، إلا أن ذلك يحتاج إلى أبحاث أكثر لإثبات هذه النتائج. تُخزن الفيتامينات الذوّابة في الدهن لفترات أطول في النّسج الدهنية وفي الكبد. وعندما يُصابُ الشخصُ بأرجية تجاه هذه الفيتامينات، فإنّها تُخزّن في أماكن غير مرغوبة في الجسم، ولذلك نشاهد هذه الفيتامينات مخزنة بشكل غير طبيعي على صورة أورام شحمية Lipomas أو تآليل Warts أو طعّوات جلديّة Skin tags أو أورام حميدة داخل الجسم أو على سطحه... إلخ.

إن تناول الفيتامينات والمعادن بشكل متوازن أمرٌ ضروري لقيام كافة الفيتامينات بوظائفها بالشكل الصحيح، في حين أن الإفراط في تناول أحد الفيتامينات أو المعادن قد يُؤدّي إلى ظهور أعراض مزعجة؛ كما أن الجرعات العالية من عنصر ما قد تُؤدّي أيضاً إلى نُضوب مُغذّيات أخرى من الجسم، مما يُؤدّي بدوره إلى حدوث بعض المشاكل. ويمكن القول بشكل عام بأن غالبية الفيتامينات تعمل بصورة تعاونية، ويدعم ويكمل بعضها البعض.

هذا، ويجب أن تُؤخذ الفيتامينات والمعادن بالتزامن مع الوجبات، إلا عندما يُوصى بخلاف ذلك؛ فالفيتامينات الذوّابة في الدهن يجب أن تُؤخذ قبل الطعام، في حين يجب تناول الفيتامينات الذوّابة في الماء بين الوجبات أو بعدها. وتجدر الإشارة إلى ضرورة تناول الفيتامينات مع أو بعد الطعام لدى استعمالها بجرعات كبيرة، وننوه إلى أن الفيتامينات والمعادن تُعوّض الأطعمة المغذية المفقودة من وجباتنا اليومية.

تُصنّع الفيتامينات التّخليقيّة Synthetic vitamins في المختبرات من مواد كيميائية معزولة بمقادير مماثلة للفيتامينات الطبيعية؛ ومع أنّه لا توجد فوارق كيميائية كبيرة بين الفيتامينات الموجودة في الطعام وتلك المصنّعة في المختبرات، إلا أن الإضافات التكميلية الطبيعية لا تحتوي على عناصر غير طبيعية. إن الإضافات التكميلية غير الموصوفة "بالطبيعية" قد تحتوي على قطران الفحم والملوّّنات الصناعية والمواد الحافظة والساكر والنشا وبعض المواد الأخرى الإضافية، في حين أن

الفيتامينات الموصوفة "بالطبيعية" قد تحتوي على فيتامينات غير مُستخلصة من مصادر غذائية طبيعية.

وَمَا يساعد على فهم ماهية الفيتامينات وطرق تمثيلها أننا نحدُّ في هذه الأيام العديدَ من الكتب التي تتحدَّث عن التغذية، ويمكن الرجوعُ إلى ذلك في كتبٍ أخرى.

الفيتامين A

أثبتت الدراساتُ السريرية أنَّ الفيتامين Vitamin A والبيتاكاروتين Beta-carotene من المنبّهات المناعية القوية، إضافةً إلى كونهما من العوامل الدفاعية؛ كما أنَّ الفيتامين A يُعدُّ ضرورياً لإتمام العديد من وظائف الجسم الطبيعية، وقد يُؤدِّي نقصه إلى اضطراب إنتاج الخلايا اللمفية ووظيفتها. ويقود نقص الخلايا اللمفية بدوِّره إلى نقص فعالية عملية البلعمة وضعف المناعة وظهور الاضطرابات المناعية الذاتية.

كما يُعدُّ الفيتامين A ضرورياً للرؤية ولمنع حدوث العشاوة (العمى الليلي Night blindness) والاضطرابات الجلدية والعُدُّ Acne... إلخ؛ كما أنَّه يحمي الجسمَ من الزُّكام والأنفلونزا والعديد من حالات العدوى؛ كما يُحسِّن هذا الفيتامين من الوظيفة المناعية، ممَّا يساعد على التئام القرحات والجروح، ويحافظ على النُّسج الظهارية. وهو ضروريٌّ لنموِّ العظام والأسنان، إضافةً إلى أنه يُعدُّ من مضادَّات الأكسدة Anti-oxidants، ممَّا يقي الجسمَ من السرطان ومن أمراضٍ أخرى. هذا، وتحوَّل مركباتُ البيتاكاروتين Beta-carotens التي توجدُ في الخضار إلى الفيتامين A في الكبد، وهذا ضروري جداً لمنع حدوث السرطان. ويساعد الفيتامين A على تمثُّل البروتينات وعلى تأخير الشيخوخة، وذلك من خلال تقوية مناعة الجسم؛ كما أنَّ هذا الفيتامين يكافح العدوى التنفسية، ويسرِّع النمو، ويحافظ على نضارة وصحة الجلد والأظافر والشعر والأسنان واللثتين.

تظهرُ الطفوآت الجلدية والتآليل والآفات المشوَّهة على سطح الجلد في حال وجود أرجحية تجاه الفيتامين A، أو عدم امتصاصه بشكلٍ طبيعي؛ كما يمكن

حدوثُ بعض الأعراض، مثل ضعف أو تشوش الرؤية، والعدوى التنفسية المتكررة، وضعف المناعة، والمشاكل الجلدية كالأطفاح Rashes والدمامل Boils والعد Acne، بالإضافة إلى تجمع الشعر والشيخوخة المبكرة وتساقط الشعر والأظافر وأمراض الأسنان واللثتين والصُّداع والعقم وعدم انتظام الطمث وآلام المفاصل والاضطرابات المعدية المعوية (الهضمية) كالغثيان والقيء والإسهال وعسر الهضم... إلخ. والمثير في الأمر أنه يمكن التخلص من جميع هذه الأعراض بشكل تام لدى معالجة هذه الأرجية، ودعم الغذاء بالشكل المناسب.

يعملُ الفيتامين A بشكل أفضل مع فيتامينات المركب B والفيتامينين D و E والكالسيوم والفسفور والزنك (الضروري لخروج الفيتامين A من مخزنه في الكبد). هذا، ويجب عدم استعمال جرعات كبيرة من الفيتامين A دون مراقبة، إذ إن ذلك قد يؤدي إلى تراكمه في الجسم وظهور أعراض سمية.

ومن المصادر الغذائية للفيتامين A زيتُ كبد السمك والحليب ومستخرجات الألبان والزبدة ومخ البيض والذرة والأوراق الخضراء والفواكه والخضار الصفراء والكبد ونبات الفصّة والمشمش والهليون والشمندر والقرنبيط والجزر والشمندر السويسري والهندباء البرية والثوم والكرنب والخردل والباباياس Papayas والبقدونس والخوخ والفلفل الحمر والبطاطا الحلوة والسبانخ والسبيرولينا Spirulina والقرع والقرع الأصفر واللفت ونبات قرّة العين Watercress.

يُذكر أن طفلاً في السابعة من عمره عانى من مشاكل كبيرة في الرؤية، وقد فحصه اختصاصيَّان بطبّ العيون في مكانين مختلفين، ونُصح باستعمال نظّارات ذات عدستين قويتين، ثم عولج هذا الطفل باستخدام طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد من أرجية الفيتامين A، وأُعطي جرعة كبيرة من الفيتامين A (100000 وحدة يومياً) لمدة شهر؛ ثم فُحص مرة أخرى، ووُجد أن قوة عدسة نظارته قد نقصت بمقدار 50%. وبعد ستة أشهر، نقصت قوة العدسة إلى أقل ما يمكن. وقد أُعطيَ هذا الطفل 50000 وحدة يومياً من الفيتامين A لستة أشهر أخرى، ثم 25000 وحدة لسنة أخرى، ليتخلص بعد سنتين من النظارات بشكل نهائي.

إنَّ الكثيرَ من المراهقين الذين يُعانون من أرجية تجاه الفيتامين A يُصابون بالعدُّ (حب الشباب) والآفات المشوَّهة وغيرها من المشاكل الجلدية؛ كما أنَّ الكثيرين تظهر عندهم الطفوآت الجلدية والثآليل والبثرات Pimples حول العنق والذراعين وغيرها، إضافةً إلى أنَّ ذلك يُعدُّ أيضاً أحدَ أسباب المتلازمة السَّابِقة للحيض Premenstrual syndrome. هذا، وإنَّ معالجة هذه الأرجية، مع إعطاء الفيتامين A بالكميات المناسبة، تُؤدِّي إلى شفاء الجلد وإلى التَّخفيف من أعراض المتلازمة السابقة للحيض.

ويُعدُّ عوزُ الفيتامينات أحدَ أسباب العقم Infertility، وذلك لأنَّ سلامة بطانة الرحم تعتمد على تمثيل الفيتامين A. فيتامين A يساعد على سلامة الأغشية المخاطية. هذا، ويُذكر أنَّ امرأةً تبلغُ من العمر 34 سنة حاولت الحمل لسنوات عديدة دون تحقيق أيِّ نجاح في ذلك؛ وقد وُجد أنَّ هذه المرأة تعاني من أرجية شديدة تجاه الفيتامين A والأحماض الدهنية الأساسية. وقد استطاعت هذه المرأة الحمل في غضون أربعة أشهر بعد أن عولجت من تلك الأرجية، ووُضعت على وصفة تانكوي وبيوني Tankuei & peony formula (وصفة عشبية صينية تنظِّم عمل الهرمونات عند النساء، ممَّا يفيد في حالة العقم).

كما يُعدُّ الفيتامين A ضرورياً لمنع الشيخوخة؛ إذ يذكر أنَّ امرأةً تبلغ من العمر 73 عاماً تعاني من الكثير من التَّجاعيد في جسمها، عولجت باستعمال الفيتامين A بمقدار 75000 وحدة دولية يومياً لمدة ثلاثة أشهر، لتبدأ التجاعيد بالتراجع تدريجياً. وقد كانت تلك التجاعيد تعاود الظهور بمجرد توقُّف المرأة عن استعمال الفيتامين A لعدَّة أسابيع، ممَّا دفعَ بها إلى الاستمرار في استعمال الفيتامين بمقدار يتراوح بين 25000-50000 وحدة دولية يومياً. وساعد ذلك على بقاء جلد تلك المرأة أكثرَ نضارة ونعومة مع القليل من التجاعيد.

اعتادت فتاةٌ في مُقْتَبَل العمر على المُعاناة من عدوَى متكرِّرة في الطرق التنفسية العلوية. وقد وُجد أنَّ هذه الفتاة تعاني من أرجية شديدة تجاه الفيتامين A. وقد تمكَّنت هذه الفتاة في غضون أشهر قليلة من بدء معالجتها من تلك الأرجية من بناء مقاومة كافية بفضل الجرعات الإضافية العالية من الفيتامين، وكان ذلك كفيلاً يجعل إصابتها بعدوَى الطرق التنفسية العلوية أمراً نادراً.

يُذَكَّر أن امرأة تبلغ من العمر 54 عاماً، تعاني من الكثير من الثآليل Warts والبثور Pimples حول العنق وقرب خط الشعر، وقد وُجِدَ أنها تعاني من أرجية تجاه الفيتامين A. وقد استعادت نضارة جلدها كلياً بعد أن عُولِجت باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، ومن خلال إضافة 50000 وحدة من الفيتامين لمدة ستة أشهر.

ومما يذكر أيضاً أن شخصاً يبلغ من العمر 48 عاماً، كان يعاني من نزف متقطع من المستقيم منذ ستة أعوام. وقد وُجِدَ أن طعام هذا الشخص اليومي يحتوي على الكثير من الجزر النيئ والمطبوخ والقرع، وقد حُلَّت مشكلة هذا الشخص بعد علاجه من أرجية الفيتامين A والبيتاكاروتين Beta-carotene باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

الفيتامين D

يُسَمَّى هذا الفيتامين عادةً فيتامين شروق الشمس Sunshine vitamin، وهو من الفيتامينات الذوّابة في الدَّسَم (الدهن)، ويمكن الحصول عليه عن طريق أشعة الشمس أو من المصادر الغذائية، حيث تؤثر الأشعة فوق البنفسجية في زيوت الجلد لإنتاج هذا الفيتامين الذي يُمتصُّ من الجسم بعد ذلك؛ كما يُمتصُّ الفيتامين D من الأغذية عن طريق الأمعاء بعد تناوله؛ ويُذكر أن الدخان الكثيف يقلل من الأشعة المنتجة للفيتامين D، كما أن الأشخاص ذوي البشرة السمراء والأجسام المصبغة بأشعة الشمس لا يستطيعون امتصاص الفيتامين من الشمس. ويساعد الفيتامين D الجسم على الاستفادة من الكالسيوم والفوسفور، كما يُعدُّ ضرورياً لمنع تخلخل العظام ومعالجته، بالإضافة إلى مساعدته الجسم على الوقاية من عدوى الطرق التنفسية وأهميته في تمثيل الفيتامين A. وهو يحافظ أيضاً على سلامة الجلد والعظام؛ ومما يذكر أن الجسم يصبح غير قادر على امتصاص الفيتامين D من الغذاء أو الشمس في حال وجود أرجية تجاه هذا الفيتامين. ويصاب مثل هؤلاء الأشخاص ببعض متلازمات النقص، مثل الرَّخَد⁽¹⁾ Ricket ونخر الأسنان وترقق الأسنان والعظام

(1) تليّن العظام عند الأطفال.

وتلثين العظام Osteomalacia وتخلخل العظام الشيخوخي Senile osteoporosis، وتقرح الجلد وظهور النفطات على الجلد لدى المشي تحت أشعة الشمس، والحروق الشمسية في حال التعرض لأشعة الشمس... إلخ. كما قد تظهر عند الأشخاص الأرجيين أحياناً الأعراض السمية في حال استعمالهم للفيتامين D دون معالجة الأرجية. وتشتمل هذه الأعراض على التخليط الذهني والعطش غير المعتاد والتهاب العينين والحكة والقيء والإسهال وإلحاح البول وترسب الكالسيوم في الأوعية الدموية والعظام والانزعاج عند التعرض لأشعة الشمس وعدم القدرة على تحمل الحرارة. هذا، ومن الجدير بالذكر أن الفيتامين D يعمل بشكل أفضل بوجود الفيتامينين A و C والكولين والكالسيوم والفسفور.

ومن المصادر الغذائية للفيتامين D زيت السمك ومُنتجات (مستخرجات) الألبان المدعومة بالفيتامين D والزبدة والبرسيم Alfalfa ومح البيض والكبد وأشعة الشمس والحليب ومشتقاته واللحم والسمك والبيض ومنتجات الحبوب والبطاطا الحلوة وزيت الخضار والبقوليات والفواكه والخضار.

ويمكن التخلص من أعراض عوز الفيتامين D أو الأعراض السمية له من خلال معالجة الأرجية باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، لتعود الصحة إلى طبيعتها تدريجياً من خلال الإضافات المناسبة للفيتامين.

شكا شخص ذكر يبلغ من العمر 30 سنة من الانزعاج عند التعرض لأشعة الشمس، كما أنه كان يشكو من قارحة الفم Canker sores عندما يمشي في الشمس. وقد وجد أن هذا الشخص كان يعاني من أرجية شديدة تجاه الفيتامينات A و C و D والكالسيوم. وتحسنت الأعراض بشكل مفاجئ بعد معالجة أرجية الفيتامينين A و C والكالسيوم، إلا أن الأعراض لم تختف بشكل كامل إلا بعد معالجة أرجية الفيتامين D، حيث أصبح الشخص يشعر بالراحة عند التعرض لأشعة الشمس، بالإضافة إلى اختفاء قارحة الفم.

كما يُذكر أن مراهقة كانت تشكو من عد Acne شديد في الوجه، وقد وجد أنها تعاني من أرجية تجاه الفيتامين D دون وجود أرجية تجاه الفيتامين A. وكان العد يزداد عندما تأخذ المراهقة الفيتامينين A أو D، بينما كانت الحالة

تتحسّن لدى استعمال الفيتامين A فقط مع تجنّب مُنتجات الألبان والسّمك. وقد تمكّنت المراهقة من تناول مشتقّات الحليب والسّمك دون حدوث أيّة مشاكل جلدية بعد أن عولجت باستعمال الفيتامين D.

الفيتامين E

يُعدّ الفيتامين E من مضادّات الأكسدة Antioxidants التي تقي من السرطان ومن أمراض القلب والأوعية، ويحتاجُ الجسمُ إلى الزّنك ليتمكّن من المحافظة على مستوى مناسب من الفيتامين E في الدّم. ويعدّ الفيتامين E أحد الفيتامينات الذوّابة في الدسم، وهو يُخزن في الكبد والنسج الدهنية والقلب والعضلات والخصيتين والرحم والدم والغدتين الكظريتين والغدتين النخاميتين، ويُطرحُ في البراز إذا أُخذَ بكميات كبيرة. هذا، ومع أنّ الفيتامين E من الفيتامينات الذوّابة في الدسم، إلا أنّه يُخزنُ في الجسم لفترات قصيرة فقط.

ومن بين الوظائف العديدة للفيتامين E قدرته على كبح جماح تشيخ الخلايا الناجم عن الأكسدة، كما أنّه يُحسّن من الدوران، ويصلح النّسج، ويفيد في علاج الدّاء الكيسي الليفي في الثدي، وفي علاج المتلازمة السابقة للحيض Premenstrual syndrome؛ كما أنّه يساعدُ على حدوث التخرّ والالتئام، ويقلّل من التندّب ومن ضغط الدم، ويساعد على الوقاية من الساد Cataract وألم القدمين والبقع الكبدية والنمش الشيخوخي. وهو أحدُ مضادّات الأكسدة، ويحمي السرّتين من تلوث الهواء، ويوفّر كميةً أكبر من الأكسجين للجسم. كما يمكنه أن يساعد على منع الحثرات الدموية أو على انحلالها بسبب خواصه المضادّة للتخثر. ويساعد الفيتامين E أيضاً على الشام الجروح الصغيرة وخدوش الجلد، وقد يقي من حدوث الندبات لدى استعماله موضعياً. كما أنّ له دوراً كبيراً في الخصوبة، حيث يساعدُ الفيتامين E مع الفيتامين A على إعداد الرحم للحمل. ويساعدُ الفيتامين E أيضاً على منع حدوث الإجهاض، ويخفّف التعب، ويساعد على تقوية الطرفين السفليين المُتعبين عقبَ المشي الطويل أو القيام بالتمارين. هذا، ويقلّل الفيتامين E من معص القدمين عن طريق توسيعه للأوعية وعمله كمُدّر.

وَتَشْتَمِلُ متلازمة عوز الفيتامين E على تخرب كريات الدَّم الحمراء وتنكس العضلات وبعض فقر الدم والعُقم ومشاكل القلب والدوران. وقد تظهر كل متلازمات العوز السابقة في حال وجود أرجية تجاه الفيتامين. ويمكن الحصول على بعض الإيجابيات من خلال استعمال الفيتامين بعد معالجة الأرجية تجاهه.

يمكن الحصول على الفيتامين E من المصادر الغذائية التالية: زيت الخضار والحبوب والخضار ذات الأوراق الخضراء الداكنة والجوز والبذور والبقوليات والبقول المجففة والأرز الأسمر والذرة والبيض والكبد المجفف والحليب والدقيق واللحوم العضوية والبطاطا الحلوة والثقير (بذرة الحنطة) والقرنبيط والأوراق الخضراء والسبانخ والدقيق المدعوم والقمح الكامل.

ويُذكر أن امرأة تبلغ من العمر 38 عاماً كانت تعاني من جفاف وتقشر في جلد الذراعين والساقين، وقد استعملت الكثير من المراهم بما في ذلك مراهم الكورتيزون، وكان جلدها يتقشر دورياً، كما كان شديد الخشونة مُحدثاً الألم والشعور بالحرق. ولدى مراجعتها لنا واختبار أنواع عديدة من الأرجيات عليها، تبين أنها تُعاني من أرجية شديدة تجاه الفيتامين E، حيث إنها كانت تستعمل العديد من الكريمات وأنواع الصابون والشامبو التي تحتوي على كميات كبيرة من الفيتامين E؛ كما أنها كانت تستعمل كمية إضافية من الفيتامين E مقدارها 400 وحدة دولية يومياً. وبعد معالجة هذه المريضة باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، أصبح جلدها أكثر نعومة، وهي تستخدم الآن كريمات الفيتامين E بفعالية.

راجعت عيادتنا امرأة تعاني من ظهور منطقة نازة قشرية Crusty متورمة مصابة بالعدوى بعد أن ثُقبَت أذنها، وهي تعاني من ذلك منذ عدة سنوات، وقد راجعت العديد من الأطباء، بمن في ذلك اختصاصيو الجلد؛ وكانت قد استخدمت القليل من الكريمات (الرهُيّمات) بما في ذلك الكورتيزون، وكانت المنطقة الملتهبة تتماثل للشفاء حالما تنزع المرأة حلق الأذنين، لتعاود الظهور متى ما عادت المرأة إلى ارتداء أي نوع من الحلق. وعندما أحضرت المرأة كل الحلق الذي ترتديه لنختبره، وجد أنها تعاني من أرجية تجاه حلق الأذنين أو قفله. وعندما فحصنا أحد أنواع

الحلق، وجدنا أنه لزجٌ وزيتي. ولدى سواها عن ذلك، تبين لنا أنها تستعمل كريماً لتزليق القفل قبل غرزه في شحمة الأذن. وقد كانت تلك الكريّمات غنيةً بالفيتامين E. والمدهش أن هذه المرأة كانت تعاني من أرجية شديدة تجاه الفيتامين E، وقد زالت المشكلة تماماً بعد أن عُولجت الأرجية باستعمال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد.

الفيتامين K

يحتاجُ الجسمُ إلى الفيتامين K لتخثر الدم وتكوين العظام، كما أنه ضروريٌ لتحويل الغلوكوز إلى غليكوجين من أجل تخزينه في الكبد. ويُعدُّ الفيتامين K أحدَ الفيتامينات الذوّابة في الدسم، وهو ضروريٌ جداً لتكوين البروثرومبين Prothrombin (مادّة تساهم في تخثر الدم). ويساعدُ البروثرومبين على تخثر الدم، ويمنع حدوثَ النزف مثل الرُعاف ونزف الأمعاء، كما أنه يقلّل من غزارة الحيض.

وقد تودّي الأرجية تجاه الفيتامين K إلى حدوث متلازمات النقص، مثل تطاول زمن التّزف وأمراض الأمعاء مثل الدّرب Sprue... إلخ والتهاب القولون .colitis.

ويوجدُ الفيتامين K في نبات البرسيم والقرنبيط وأوراق الخضار الخضراء الداكنة وفول الصويا ودبس السكر الأسود وبراعم البروسيل (الكُرنب الصّغير) Brussels sprouts والملفوف والزهرة ومح البيض والكبد ودقيق الشوفان والشوفان ونبات الشيلم وزيت العُصفُر والقمح.

وكما ذكرنا سابقاً، فإن الأرجية تجاه الفيتامين K تودّي إلى حدوث اضطرابات في آلية تخثر الدم. ويُذكر أن طفلاً يبلغ من العمر أربع سنوات كان يعاني من التّاعور Hemophilia منذ كان بعمر سنتين. وقد أُصيب بالعديد من الكدمات في مفاصل عديدة، ولا سيّما عندما كان يمشي بسرعة أو يركض أو يلعب مع الأطفال في المدرسة. وقد كان يُضطرُّ للبقاء في المنزل متى ما أُصيب بهجمة، واضعاً كمادات ثلجية على المفصل المصاب لعدّة أيام. وقد وُجد أن هذا

الطفل يعاني من أرجية تجاه الملفوف Cabbage - وهو مصدر غذاء أساسي في منزله - وقد اختفت الأعراض الشبيهة بالناعور التي كان يعاني منها بعد أن عولج من أرجية الملفوف والفيتامين K باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، وبذلك تمكن الطبيب من إعلان هدأة المرض عند الطفل. وننوه إلى أن الطفل الآن في المرحلة الدراسية الثالثة دون ظهور أي من الأعراض السابقة.

ومما يذكر أيضاً أن امرأة تبلغ من العمر 38 عاماً كانت تعاني من نزف رحمي شديد منذ ستة أسابيع. وكانت هذه المريضة - والله الحمد - إحدى مرضانا المميزين، حيث تلقت العلاج تجاه العديد من الأرجيات. وكانت قد راجعت هذه المريضة طبيباً نسائياً دون أن يتمكن من اكتشاف سبب ذلك النزف المفاجئ. ولدى مراجعتها لعيادتنا، اكتشفنا أن أحد اختصاصيي التغذية قد وصف لها بعض الفيتامينات والمعادن منذ ستة أسابيع؛ وقد كان من بين ذلك 15 حبة من البرسيم alfalfa بمقدار حبتين يومياً. ووجد أن هذه المريضة تعاني من أرجية للبرسيم والفيتامين K. ومما يدهش أن النزف قد توقف في غضون 6-8 ساعات من معالجتها تجاه الأرجية.

اشتكت فتاة تبلغ من العمر 28 عاماً من متلازمة سابقة للحيض Premenstrual syndrome (PMS) شديدة ومن معص شديد في أثناء فترة الحيض. وقد كانت الفتاة تلاحظ أن الأعراض تسوء عندما تأكل السلطة وبراعم نبات الفصّة (البرسيم). وكما هو متوقع، وجد أن هذه الفتاة تعاني من أرجية شديدة تجاه الفيتامين K والبرسيم والكرب، وقد تحسنت الأعراض بشكل مفاجئ بعد معالجتها تجاه أرجية الفيتامين K.

يبلغ رجل من العمر 42 عاماً، وكان يعاني من مشكلة مميزة، إذ يشكو من خروج دم طازج كلما تغوط دون أن يكون مصاباً بالبواسير Hemorrhoids أو معص أو ألم ما؛ وقد كان يشعر بالتوأم والتعب طوال الوقت؛ وقد توقف هذا الشخص عن تناول اللحوم الحمراء لأسباب صحيّة، واستبدل ذلك بتناول الخضار والسلطات والفواكه والحبوب؛ ووجد أن هذا الشخص يعاني من أرجية تجاه الفيتامينين K و C الموجودين في جميع أنواع الخضار والفواكه التي كان يتناولها.

ولدى معالجة هذا الرجل من أرجيته باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، لم يُعَدَّ يشكو ممَّا سبق منذ ست سنوات.

الفيتامين B المركَّب

يَتكوَّنُ هذا الفيتامين المركَّب من حوالى 15 فيتاميناً، ولكلٍّ من هذه الفيتامينات وظائفه المميزة والهامة للجسم، والتي قد يُؤدِّي عدم امتصاص أيٍّ منها أو جميعها أو عدم القدرة على الاستفادة منها إلى حدوث العديد من المشاكل الصحية. ويُعدُّ الفيتامين B المركَّب ضرورياً جداً لسلامة الجسم البشري من الناحية العاطفية والبدنية والفيزيولوجية. وهو غذاء الأعصاب؛ لذا، فهو ضروري لنمو الجهاز العصبي والدماغ، وللمحافظة على وظائفهما. وبما أنَّه يؤمِّن تغذية جيدة للأعصاب، ممَّا يحافظ على هدوئها، لذلك فهو يحفظ للشخص مزاجاً هادئاً. وتُنوِّه إلى أنَّه، بالإضافة إلى ذلك، يعمل العديد من فيتامينات هذا المركَّب كطلائع إنزيمات Enzyme precursors تساعد على عملية الهضم. وفيما يلي عرضٌ لأهم فيتامينات المركَّب B ووظائفها:

الفيتامين B1 - يُؤثِّرُ هذا الفيتامين في الجهاز العصبي والوضع الذهني، ويساعدُ على هضم السكر والكربوهيدرات؛ كما أنَّه يساعد على معالجة الكحوليين (مُذمني الكحول)، ويُقلِّل من التوتُّر عن طريق تهدئة الأعصاب.

الفيتامين B2 - يساعدُ هذا الفيتامين على النمو والتكاثر، ويعزِّز من سلامة الجلد والأظافر والشعر؛ كما أنَّه يُساعد على هضم الكربوهيدرات والدهن والبروتينات.

الفيتامين B6 - يساعدُ هذا الفيتامين على هضم البروتينات والدهن وتمثلها، وعلى منع حدوث العديد من الاضطرابات العصبية والجلدية؛ كما أنَّه يُقلِّل من غثيان الصباح ومن الغثيان بشكل عام. وهو يُساهم في تصنيع الأحماض النووية، ويقلِّل من ألم الأعصاب والتهابها، ويعمل كمُدِرٍّ طبيعي.

الفيتامين B12 - يُساعدُ هذا الفيتامين على الوقاية من فقر الدم وعلى تجديد كريات الدم الحمراء، ويزيد من الطاقة بشكل عام؛ كما أنَّه يحافظ على سلامة

الجهاز العصبي، ويُساعد على هضم الكربوهيدرات والدهم والبروتينات، ويُعزّز التركيز والذاكرة والتوازن العاطفي.

حمضُ الفوليك Folic acid

يُعدُّ هذا الفيتامين ضرورياً لتكوين كريات الدم الحمراء ومنع حدوث فقر الدم، كما أنه يُساعد على استقلاب البروتينات وإنتاج الأحماض النووية؛ وهو يساعد على انقسام الخلايا، ويُعدُّ ضرورياً للاستفادة من السكر والأحماض الأمينية، ويحسن الإرضاع، ويؤخر الشيب لدى استعماله مع حمض بارا-أمينو بنزويك PABA وحمض البانتوثينيك Pantothenic acid.

الإنوزيتول Inositol

يفيد هذا الفيتامين في سلامة الشعر ويمنع تساقطه، كما أنه يُساعد على إعادة توزيع الدهون في الجسم ويُنقص الكوليسترول، وهو ذو تأثيرات مهدئة؛ كما أن استعمال الإنوزيتول والكولين وحمض البانتوثينيك والفيتامين B12 معاً يُساعد على التركيز وتحسين الذاكرة.

قد تظهر أعراضُ الأرجية (التحسس) بأشكال عديدة عندما يعاني الشخصُ من أرجية تجاه الفيتامينات B، لذا يجب أن يكون الطبيب حذراً حتى يتمكن من عزل الفيتامين المؤرج، ومن ثم معالجة المشكلة. هذا، وتوجد الفيتامينات B في معظم الأطعمة التي نتناولها، ومنها ما يخربه الطبخ والتسخين، بينما لا يتأثر البعض الآخر بالمعالجة أو التحضير. وقد يُصاب الأشخاص الذين يعانون من أرجية تجاه الفيتامينات B بتفاعلات خفيفة أو شديدة بمجرد تناول تلك الأطعمة التي تحتوي على تلك الفيتامينات، بل إن تلك التفاعلات قد تتفاقم لدى استخدام فيتامينات B إضافية دون علم بوجود أرجية تجاه ذلك؛ لذا، يجب الحذر عند استعمال مثل تلك الفيتامينات التي تُعرف بفيتامينات الإجهاد أو الكرب Stress vitamins.

ومن المصادر الغذائية (الطعامية) للفيتامينات B الحبوب والبذور والبقوليات ومُنتجات الحليب والكبد ولحم العجل والأوراق الخضراء والبطاطا والجوز والبيض

والسمك وجذور الخضار والخضار الخضراء والفواكه والخميرة والنخالة والتفير (بذرة الخنطة).

وقد حاول الدكتور كارلتون فريدريك Carlton Fredric، في كتابه التغذية النفسية *Psychonutrition*، أن يُبين أن العوز الغذائي هو السبب وراء معظم الأمراض العقلية في المصححات النفسية. وحاول إثبات هذه النظرية من خلال إعطاء جرعات كبيرة من الفيتامين B المركب، ولا سيما الفيتامين B12 للمرضى النفسيين. وقد شفي حوالي 50٪ من هؤلاء المرضى، وعادوا إلى ممارسة حياتهم الطبيعية؛ في حين أن النصف الآخر لم يتحسنوا إطلاقاً، وربما ساءت حالتهم.

الفيتامين C

يُعَدُّ الفيتامين C أو حمض الأسكوربيك Ascorbic acid من الفيتامينات الذوّابة في الماء، وهو يُمارس دوراً مهماً في استقلاب الكربوهيدرات والبروتينات والشحوم، ويكون مستقراً بشكل جيد في المحاليل الحمضية، كما أنه شديد الحساسية للأكسجين، ويفقد فعاليته عند التعرض لأشعة الشمس أو الحرارة أو الهواء.

يُمتصُّ الفيتامين C بسهولة عن طريق مخاطية (الغشاء المخاطي لـ) الفم والمعدة، إلا أن أكثر ذلك يكون عن طريق الجزء العلوي من المعى الدقيق، ومن هناك يعبر الفيتامين عن طريق الوريد البابي Portal vein إلى الكبد ليتوزع على بقية نسيج الجسم. وقد تختلف آلية النقل من شخص إلى آخر. هذا ويصل مستوى حمض الأسكوربيك في الدم إلى ذروته في غضون ساعتين أو ثلاث من تناوله، ثم يتناقص مستواه بسبب طرحه (التخلص منه) في البول والعرق. يُعَدُّ معظم الفيتامين C من الجسم في غضون ثلاث أو أربع ساعات.

وللمحافظة على مستوى كافٍ من الفيتامين C في المصل، يجب تناول هذا الفيتامين بكميات صغيرة طوال اليوم، ويخزن الجسم بشكل كلي حوالي 1500 ميليغرام (مغ) مع احتياطي متوسط في الكبد والطحال وتركيز عالٍ في الغدتين الكظريتين.

ويُعَدُّ الفيتامين C ضرورياً لتكوين الأدرينالين Adrenaline، حيث تستهلك الغدة الكظرية الفيتامين C بسرعة في أثناء الإجهاد. ولهذا السبب، فإننا نحتاج إلى كميات كبيرة من الفيتامين C في الحالات المُجهدة؛ كما أن الفيتامين C يقي من حدوث البُتَع⁽¹⁾ Scurvy، ويساعد على تكوّن العظام والأسنان عن طريق حماية العاج واللّب؛ كما أنّه يُقلّل من تأثيرات أرجية بعض المواد على الجسم، بل إنّهُ يعملُ بالجرعات الكبيرة كمضاد للهستامين Antihistamine، ممّا يُقلّل من التفاعلات الأرجية، وبذلك يستفيد المرضى الذين يعانون من الأرجية من الاستعمال اليومي المناسب للفيتامين C، مع التذكير بوجود التأكّد من عدم وجود أرجية تجاه مُنتجات الفيتامين C المستعملة.

كما يُعَدُّ الفيتامين C مفيداً في الوقاية من حدوث الزكام Common cold، وهو عنصرٌ غذائي ضروري لالتهام الجروح، وذلك لأنّه يسرّع من ذلك. وهو ضروري أيضاً لتكوين الكولاجين Collagen - أحد العناصر الأساسية في جميع النّسج الضامة في الجسم من جلد وعظام وأسنان وعضلات وأربطة... إلخ. كما يُعَدُّ هذا الفيتامين ضرورياً لتحويل بعض الحموض الأمينية، مثل البرولين Proline والليزين Lysine إلى هيدروكسي برولين وهيدروكسي ليزين، وهذه الأشكال الهيدروكسيلية تعطي جزيئات الكولاجين ثباتاً وقوة.

هذا، ويمنع الفيتامين C تحطّم النّسج الضامة، ويساعدُ الأحماضُ الأمينية على تصنيع النّواقل العصبية Neurotransmitters. كما أنّه يُساعد على امتصاص الحديد، ويفيد في العديد من الوظائف الإنزيمية في الجسم، بالإضافة إلى فائدته في تعويض النّسج البالية والمُهترَكة؛ وهو يغذّي نّسج الأوعية الدموية، ويحسن من مرونتها ليتحسن بذلك الدوران، حيث إنّ كفاءة الدورة الدموية تساعدُ على تقليل الكولسترول في المصل، كما أنّ ذلك يساعد على الإطراح الجيد، وهو ما يجعل الفيتامين C مفيداً في حالات الإمساك.

إنّ طرح (إطراح) السموم من الجسم يعطيه بشرةً حسنة، كما أنّ ذلك يُساعد على المحافظة على توازن الماء في الجسم من خلال إعادة توزيع أو إزالة

(1) مرضٌ يصيب اللثة بسبب نقص الفيتامين C.

الكمية الزائدة من الماء من الجسم، وهذا ما يجعل هذا الفيتامين ضرورياً للتحكم بالوزن.

تبلغ الجرعة اليومية الموصى بها للبالغين RDA: 60 مغ للبالغين و80-100 مغ للحوامل والمرضعات. لذلك، فالفيتامين C فيتامين ضروري، ومضاد للأكسدة، ويوجد في معظم الأغذية التي نتناولها، وهو يتخرب بالطبخ الزائد. يُعدُّ القليل من المعادن ضرورياً بشكل كبير لوظائف الجسم، وفيما يلي عرضٌ لبعض المعادن، في حين نذكر بأهمية العودة إلى المراجع المناسبة من أجل الحصول على معلومات كافية حول بقية المعادن.

الكالسيوم Calcium

يُعدُّ الكالسيوم أحدَ المعادن الأساسية في الجسم، حيث يعمل مع الفسفور والمغنيزيوم والحديد والفيتامينات A و C و D، كما أنه يُساعد على المحافظة على قوة العظام وسلامة الأسنان، وهو ينظّم عمل القلب، ويساعد على استرخاء الأعصاب والعضلات ليسبب بذلك الاسترخاء والنوم.

يُؤدّي نقص أو عوز الكالسيوم إلى الرنّخ Rickets وتلين العظام Osteomalacia وتخلخلها Osteoporosis وفرط النشاط وعدم الراحة (الانزعاج) وعدم القدرة على الاسترخاء والآلام والأوجاع المعّمة وألم المفاصل وتكوّن المهاميز العظمية Bone spurs وألم الظهر وحُدُوث المتلازمة السابقة للحيض (PMS) Premenstrual syndrome ومعض الساقين وغزارة التّزف الحيضي.

ومن المصادر الغذائية للكالسيوم مشتقات الحليب وفول الصويا والسردين والمحار والسلمون والجوز والبقول الجففة والأوراق الخضراء. هذا، وقد يُصاب الأشخاص الذين يعانون من أرجية تجاه الكالسيوم ببعض متلازمات النقص بأشكال خطيرة لدى تناولهم أطعمة تحتوي على الكالسيوم، في حين يمكن إضافة الكالسيوم بالشكل المناسب من أجل الحصول على أفضل الفوائد بعد التخلص من الأرجية من خلال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

إنَّ الكثيرَ من الأشخاص المصابين بالربو، مع مشاكل تنفسية علوية، يَسْتَجِيبُون بشكلٍ جيّدٍ لإضافة الكالسيوم؛ كما أنَّ الكثيرين أيضاً، مَن يشكون من آلام بطنية وزحار Dysentery وأرق ومشاكل جلدية وعصبية وخلل في القراءة Dyslexia وقارحة فموية وتَسْتِيل أنفي خلفي (من خلف الأنف) Postnasal drip وفرط نشاط وسممة والتهاب مفاصل، يَسْتَجِيبُون بشكلٍ لا بأسَ به لمعالجة أرجية الكالسيوم وإضافته بعد ذلك. وينطبق مثل ذلك على النساء اللواتي يعانين من غزارة الطمث. ويجدر التنبُّهُ إلى الحاجة إلى كميات أكبر من الكالسيوم في حال استعمال الكورتيزون.

يُذكر أنَّ فتاةً تبلغُ من العمر 26 عاماً، كانت تشكو من خفقان كلما شربت الحليب أو تناولت أياً من مشتقاته؛ وقد وُجِدَ أنَّ هذه الفتاة تعاني من أرجية تجاه الكالسيوم. ولدى معالجتها باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، توقَّفَ حدوثُ الخفقان عند تناولها لمشتقات الحليب.

كانَ يشكو ولدٌ، يبلغ من العمر 14 عاماً، من معص شديد في الساقين وتعب شديد عقب لعبة التيسبول؛ واشتكى والداه أنَّ طولَه غير متلائم مع سنه؛ وقد نصحه أحدُ اختصاصيي التغذية باستعمال كمِّيات إضافية من الكالسيوم ليُصاب بعد ذلك بألم شديد في المفاصل واعتلال شديد في الصحة، فتبيَّنَ بأنَّه يعاني من أرجية تجاه الكالسيوم؛ وقد تحسَّنت آلامُه ومفاصله بعد أن عولجَ من ذلك باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. كما أنَّه لم يصبح أكثر قوَّة وحسب لدى إعطائه كمِّيات إضافية من الكالسيوم، بل ازداد طولاً، حيث زاد طولُه بمقدار ست إنشات (نحو 15 سم) في غضون أشهر قليلة.

عانت سيِّدةٌ تبلغ من العمر 53 عاماً، من أطفاح ونفطات شديدة تحوَّلت في نهاية المطاف إلى تقرُّحات؛ كما أنَّها كانت تُصاب بالكدمات Bruises بسهولة، ويوجد بقع سوداء وزرقاء على كافَّة أنحاء جسمها. وقد أقرَّت المرأة بأنَّها بدأت تشرب كمِّيات كبيرة من الحليب، وتستهمل كمِّيات إضافية من الكالسيوم للوقاية من تخلخل العظام. والمُدْهَش أنَّ هذه المرأة كانت تعاني من أرجية تجاه مشتقات الحليب والكالسيوم، وقد اختفت مشاكل الجلد التي كانت تشكو منها بعد أن عولجت من ذلك.

وَمَّا يُذَكَّرُ أَيْضاً أَنَّ سَيِّدَةً تَبْلُغُ مِنَ الْعُمَرِ 42 عَاماً كَانَتْ تَشْكُو مِنْ أَلَمٍ شَدِيدٍ فِي الظَّهْرِ، وَقَدْ كَانَتْ تَسْتَعْمَلُ حُبُوبَ الْكَالْسِيُومِ الَّتِي كَانَتْ تَزِيدُ الْمَشْكَلَةَ سَوْءاً. وَمِنَ الطَّرِيفِ أَنَّ هَذِهِ السَّيِّدَةَ لَمْ تَكُنْ تَعَانِي مِنْ أَرْجِيَةِ تَجَاهِ الْكَالْسِيُومِ، بَلْ تَجَاهِ الْمَوَادِّ الْمُسْتَعْمَلَةِ فِي صِنَاعَةِ تِلْكَ الْحُبُوبِ؛ وَقَدْ خَفَّ أَلْمُهَا فِي الظَّهْرِ بَعْدَ أَنْ عُولِجَتْ مِنَ الْأَرْجِيَّةِ، وَأَصْبَحَتْ تَشْعُرُ بِرَاحَةٍ أَكْبَرَ بَعْدَ أَنْ عَاوَدَتْ اسْتِعْمَالَ حُبُوبِ الْكَالْسِيُومِ.

طِفْلٌ يَبْلُغُ مِنَ الْعُمَرِ خَمْسَةَ أَعْوَامٍ، كَانَ مَفْرَطَ النَّشَاطِ، وَيَشْعُرُ بِعَدَمِ الرَّاحَةِ وَالْانْزِعَاجِ عَقِبَ شَرْبِ الْحَلِيبِ مَبَاشَرَةً؛ وَقَدْ وُجِدَ أَنَّ هَذَا الطِّفْلَ يَعْانِي مِنْ أَرْجِيَةِ تَجَاهِ الْحَلِيبِ، وَلَكِنَّهُ هَذَا بِشَكْلِ كَبِيرٍ بَعْدَ أَنْ عُولِجَ مِنْ ذَلِكَ.

اشْتَكَّتْ سَيِّدَةٌ تَبْلُغُ مِنَ الْعُمَرِ 36 عَاماً مِنْ نَزْوَفٍ رَحِمِيَّةٍ شَدِيدَةٍ مَعَ خَثَرَاتٍ تُخَيِّنَةُ فِي أَثْنَاءِ فِتْرَةِ الْحَيْضِ الَّتِي كَانَتْ تَسْتَمِرُّ حَوْلَى عَشْرَةِ أَيَّامٍ كُلِّ شَهْرٍ؛ وَقَدْ اسْتَعْمَلَتْ الْعَدِيدَ مِنَ الْمَعَالِجَاتِ بِمَا فِي ذَلِكَ حَقْنُ الْهَرْمُونَاتِ قَبْلَ مَرَاجَعَتِنَا. وَوُجِدَ أَنَّ هَذِهِ السَّيِّدَةَ تَعَانِي مِنْ أَرْجِيَةِ تَجَاهِ الْكَالْسِيُومِ؛ وَمِنْ خِلَالِ مَعَاجِلَتِهَا بِاسْتِعْمَالِ طَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامُودَرِيَادٍ وَإِضَافَةِ كَمِيَّاتٍ كَبِيرَةٍ مِنَ الْكَالْسِيُومِ (4000-6000 مَغْ يَوْمِيًّا)، انْتَضَمَتْ دَوْرَتُهَا وَأَصْبَحَ التَّرَفُّ طَبِيعِيًّا فِي غُضُونِ شَهْرَيْنِ.

كَمَا يُذَكَّرُ أَنَّ شَخْصاً يَبْلُغُ مِنَ الْعُمَرِ 52 عَاماً كَانَ يَعْانِي مِنْ أَلَمٍ شَدِيدٍ فِي الرِّكْبَةِ الْيَسْرَى، وَقَدْ أُجْرِيَ خَمْسَ جَرَاحَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ؛ وَأُعْطِيَ مَوْعِداً لِإِجْرَاءِ جِرَاحَةٍ سَادِسَةٍ عِنْدَمَا رَاجَعَ عِيَادَتَنَا. وَمِنْ خِلَالِ اسْتِجْوَابِهِ، تَبَيَّنَ أَنَّهُ يَعْمَلُ فِي مِهْنَةِ الطَّبَاعَةِ، ثُمَّ يَضْطَرُّهُ لِلْوُقُوفِ طَوَالَ الْيَوْمِ. وَقَدْ تَبَيَّنَ أَنَّ هَذَا الشَّخْصَ يَعْانِي مِنْ عَوَزٍ شَدِيدٍ فِي الْكَالْسِيُومِ دُونَ وَجُودِ أَرْجِيَةِ لَهُ، وَكَانَ وَزْنُهُ زَائِداً بِمَقْدَارِ 9 كِغْ، ثُمَّ جَعَلَ غِذَاءَهُ خَفِيفاً لِيَقَاوِمَ سَمْنَتَهُ الْخَفِيفَةَ. وَمِنَ الْوَاضِحِ أَنَّ هَذَا الْغِذَاءَ لَنْ يَقْدَّمَ لِهَذَا الشَّخْصِ الْكَادِحِ كِفَايَتَهُ الْيَوْمِيَّةَ مِنَ الْكَالْسِيُومِ، لِذَلِكَ فَإِنَّ إِضَافَةَ مَقْدَارِ 6000 مَغْ مِنَ الْكَالْسِيُومِ يَوْمِيًّا لِمُدَّةِ شَهْرٍ كَانَتْ كَفِيلَةً بِإِيقَافِ أَلَمِ الرِّكْبَةِ وَإِبْقَاءِ هَذَا الشَّخْصِ دُونَ آيَةِ أَعْرَاضٍ بَعْدَ ثَلَاثِ سَنَوَاتٍ.

الحديد Iron

يُعدُّ الحديدُ أحدَ المعادن الأساسية الضرورية لإنتاج الهيموغلوبين Hemoglobin (الكريات الحمراء) والميوجلوبين Myoglobin (صبغة حمراء موجودة في العضلات) وبعض الإنزيمات؛ وتفقد المرأة في الشهر أكثر مما يفقده الرجل من الحديد؛ كما أنَّ الحديدَ يحتاج إلى وجود النحاس والكوبالت والمنغنيز والفيتامين C من أجل تمثله بالشكل المناسب. ويُعدُّ الحديدُ ضرورياً لاستقلاب الفيتامينات B أيضاً، وهو يساعدُ على النمو، ويعزِّز من مقاومة الجسم للأمراض، ويمنع حدوث التعب، ويمنع ويعالج فقر الدم بعوز الحديد Iron deficiency anemia.

يؤدِّي عوزُ الحديد إلى حدوث فقر الدم Anemia؛ وبما أنَّ الأشخاص الذين يعانون من أرجية تجاه الحديد لا يستطيعون امتصاصه من الدم، فإنَّهم يعانون من فقر الدم بعوز الحديد حتَّى في حال تناولهم كمِّيات إضافية منه. وقد يواجه الأشخاص الذين يعانون من أرجية تجاه الحديد العديد من المشاكل لدى تناولهم جرعات إضافية منه أو أي من الأطعمة التي تحتوي عليه.

ومن المصادر الغذائية للحديد المشمشُ والخوخ والموز والدبس الأسود والبرقوق والزبيب والخميرة والحبوب والسبانخ والشمندر والبرسيم وبذور دوار الشمس والجوز وبذور السُّنْسُم والبقول المجفَّفة والعدس والكبد ومخ البيض واللحوم الحمراء والكلَى والقلوب وسمك البطليْنوس والمحار والشُّوفان والهلْيُون.

كان يشكو شخصٌ، يبلغ من العمر 32 عاماً، من آلام في الظهر منذ سن المراهقة، وقد كانت آلامه تشتدُّ في أيَّام معينة، مما يضطره للبقاء في الفراش لثلاثة أو أربعة أيام. وقد أدَّى ذلك إلى عدم قدرته على الاستمرار في وظيفة دائمة، مما اضطره إلى العمل بشكل يومي في محلات مؤقتة؛ وقد أجرى هذا الشخصُ العديد من الاختبارات لتشخيص آلام الظهر تلك دون الوصول إلى أيِّ سبب. أمَّا في عيادتنا، فقد وجدنا أنَّ هذا الشخصَ يعاني من أرجية شديدة تجاه جميع الأغذية التي تحتوي على الحديد. وبعد علاجه باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، بدأ يشعرُ بالكثير من التحسُّس من ناحية تلك الآلام المزمنة. ومن المصادفة أنَّ ذلك الشخصَ قد استعمل ثمانية عشرة معالجة

بشكل متعاقب حتى يتخلص من أرجية الحديد. ولكن اختفت بعد ذلك آلام الظهر تماماً، وأصبح قادراً على العمل طوال الوقت دون الشعور بالتعب طوال سنة ونصف مضت.

الكروم Chromium

يُعَدُّ الكروم عنصراً ضرورياً لاستقلاب السكر ولعلاج الداء السكري Diabetes ونقص سكر الدم Hypoglycemia وإدمان المُسكِرات (الكحولية) Alcoholism؛ ويُؤدِّي نقصه إلى تصلُّب الشرايين Arteriosclerosis ونقص سكر الدم وحدوث السكري.

ومن المصادر الغذائية للكروم الحبوب الكاملة والنَّعير (بذرة الحنطة) Wheat germ وزيت الذرة والخميرة والفطر والكبد والسكر الخام واللحوم الحمراء والمحار والدَّجاج وسمك البطليْنوس.

الكوبالت Cobalt

يُعَدُّ الكوبالت عنصراً ضرورياً لكريَّات الدم الحمراء، حيث إنَّه يشكِّل أحدَ مكوِّنات الفيتامين B12، ويُؤدِّي نقصه إلى حدوث فقر الدم بعوز الفيتامين B12 B12 deficiency anemia.

ومن المصادر الغذائية للكوبالت الخضار ذات الأوراق الخضراء واللُّحوم والكبد والكلَى والتين والحنطة السوداء والمحار وسمك البطليْنوس والحليب.

النحاس Copper

يحتاجُ الجسمُ إلى النحاس لتحويل الحديد إلى هيموغلوبين؛ وعند ارتباطه بالحمض الأميني "الثيروكسين Thyroxin"، فإنَّه يساعد على إنتاج العامل الصباغي الضَّروري للشعر والجلد؛ كما يُعَدُّ ضرورياً للاستفادة من الفيتامين C، ويُؤدِّي نقصه إلى حدوث فقر الدم والوذمات؛ ومن مظاهره السَّمية الأرقُّ وتساقط الشعر وعدم انتظام الطمث والاكْتئاب.

ومن المصادر الغذائية للنحاس اللوزُ والبقول والبازلاء والخضار ذات الأوراق الخضراء ومنتجات الحبوب والبرقوق والزبيب والكبد والبقول المجففة والقمح الكامل ولحم العجل وغالبية الأطعمة البحرية والنحاس الموجود في أنابيب المياه.

الفلور/الفلوريد Fluorine/Fluoride

يُضاف فلوريد الصوديوم إلى مياه الشرب، كما يُشاهد فلوريد الكالسيوم في المصادر الغذائية الطبيعية؛ ويساهم الفلور في إنقاص نخر الأسنان (الكثير منه يزيل لون الأسنان)، كما أنه يقوّي العظام، ويُؤدّي نقصه إلى نخر الأسنان. ومن أعراضه السُميّة أو الأرجية الدوخة والغثيان وضعف الشهية والأطفاح الجلدية والحكة وعَدَوَى الخمائر Yeast infections والتخلّط الذهني وتشنّج العضلات وتغيّم الوعي والتهاب المفاصل؛ وتُؤدّي معالجة ذلك إلى إزالة الأرجية. ومن المصادر الغذائية للفلور مياه الشرب المُفلورة Fluoridated drinking water والأطعمة البحرية والجيلاتين وبذور دوار الشمس ومشتقّات الحليب والجزر والثوم والخضار ذات الأوراق الخضراء واللوز.

اليود Iodine

يوجد ثلثا اليود في جسم الإنسان في الغدّة الدرقية؛ ولما كانت الغدّة الدرقية تتحكّم بعملية الاستقلاب واليود يؤثر في الغدّة الدرقية، فإنّ نقصه يُؤدّي إلى زيادة الوزن والتعب العام وبطء الاستجابة الذهنيّة. ويساعدُ اليود في المحافظة على الجسم نحيلًا وفي تعزيز النمو وإعطاء كمّيّة أكبر من الطاقة وتحسين اليقظة العقلية وتحسّن نمو الشعر والأظافر والأسنان.

وقد يُؤدّي عوزُ اليود إلى زيادة الوزن وقصور الدرقية Hypothyroidism والدُّراق Goiter (ضخامة الغدّة الدرقيّة) ونقص الطاقة. ومن بين المصادر الغذائية لليود عشبُ البحر والأطعمة البحرية والملح الميود والبصل والخضار النامية في التربة الغنيّة باليود.

المغنيزيوم Magnesium

يُعدُّ المغنيزيوم عنصراً ضرورياً لاستقلاب الكالسيوم والفيتامين C والفُسفور والصدوديوم والبوتاسيوم والفيتامين A؛ كما أنَّه ضروريٌّ لاستمرار وظائف الأعصاب والعضلات بشكل طبيعي؛ وهو يُساعد على تحويل السكر إلى طاقة. كما يُعدُّ المغنيزيوم مهدئاً طبيعياً ومليناً ومدراً في الوقت نفسه. هذا، مع الإشارة إلى أنَّ المدرات تُستنزف المغنيزيوم؛ ويكون المغنيزيوم ناقصاً عند الكحوليين والرَّبوين. ومن المصادر الغذائية للمغنيزيوم الجوزُ وفول الصويا والخضار النيئة والمطبوخة واللوز والحبوب وبذور دَوَّار الشمس والأرز الأسمر وبذور السُّمُّم.

المنغنيز Manganese

يُساعدُ المنغنيز على تفعيل الإنزيمات الهاضمة في الجسم؛ وهو ضروريٌّ لتكوين الثيروكسين Thyroxine (المُرَّمون الأساسي في الغدَّة الدرقية)؛ كما أنَّه يُعدُّ ضرورياً لإتمام الهضم والاستفادة من الطعام؛ وهو مهمٌّ للتكاثر ولقيام الجهاز العصبي المركزي بوظيفته بشكل طبيعي؛ كما يُساعد على التخلص من التعب، وينشط الذاكرة، ويقلِّل من تهيج الأعصاب، ويهدِّئ المزاج، وقد يُؤدِّي نقصه إلى حدوث نوبات متكرِّرة من الدوخة وإلى ضعف الذاكرة.

ومن المصادر الغذائية للمنغنيز الخضار ذات الأوراق الخضراء والسبانخ والشمندر والكرنب الصَّغير وثمرَة العنبَة Blueberries والبرتقال والعنب والمشمش والغلاف الخارجي للجوز والحبوب (النخالة) والبازلاء وعشب البحر ومخ البيض والقمح والمكسَّرات.

المولبدنوم Molybdenum

يساعدُ المولبدنوم على استقلاب الكربوهيدرات والدهون، وهو عنصراً فعَّال في الإنزيم المسؤول عن استخدام الحديد؛ ومن مصادره الغذائية الحبوب الكاملة والأرز الأسمر والخميرة والبقوليات والحنطة السوداء ونبات الدخن والخضار ذات الأوراق الخضراء.

الفُسفور Phosphorus

يدخلُ الفُسفورُ في جميع التفاعلات الكيميائية الفيزيولوجية في الجسم تقريباً، وهو ضروريٌّ لتكوين الأسنان والعظام بشكلٍ طبيعيٍّ؛ كما أنَّه ضروريٌّ لانتظام القلب ولقيام الكلية بوظيفتها بشكلٍ طبيعيٍّ، وهو يزوّد الجسمَ بالطاقة والنشاط من خلال مساعدته على استقلاب الدهون والكربوهيدرات. كما يعزّز النموَّ وعمليات التّصلّيح في الجسم، وهو ضروريٌّ لصحة اللّتين والأسنان. هذا، ويُعدُّ الفيتامين D والكالسيوم ضروريين لإتمام وظائف الفُسفور بالشكل المطلوب. ومن المصادر الغذائية للفُسفور الحبوب الكاملة والبدور والجوز والبقول ومشتقّات الحليب والبيض والسّمك والذرة والفواكه المجفّفة ولحوم الدجاج واللحوم الأخرى.

البوتاسيوم Potassium

يعملُ البوتاسيوم مع الصُّوديوم على تنظيم توازن الماء في الجسم، وعلى تنظيم النظم القلبي؛ كما يساعد على التّفكير السليم من خلال إرسال الأكسجين إلى الدماغ؛ وقد يُؤدّي عوزُ البوتاسيوم إلى حدوث الوذمات ونقص سكر الدم وتَهْيُج الأعصاب وضعف العضلات. ومن المصادر الغذائيّة للبوتاسيوم كافّة الخضار، ولا سيّما ذات الأوراق الخضراء، والبرتقال والحبوب الكاملة وبدور دوّار الشمس والموز والجوز والبطاطا وقشرها والحمضيات والبطيخ والبندورة ونبات البقلة والتّغّناع.

السيلينيوم Selenium

يُعدُّ السيلينيوم من مضادّات الأكسدة، وهو يعملُ مع الفيتامين E على تأخير الشيخوخة؛ كما أنَّه يمنعُ تصلُّبَ الشُّعج، ويساعد على بقاء المظهر الشبّابي؛ ويساعد السيلينيوم على تخفيف الهبّات الساخنة، ويقلّل من كروب سنّ الإياس؛ وهو يمنع حدوث القشرة. ولقد وجدَ بعضُ الباحثين أنَّ السيلينيوم يُبطّل مفعولَ بعض المواد المسرطنة، ممّا يقي بدوره من بعض أنواع السرطان.

ومن المصادر الغذائية للسيلينيوم الخميرة والقمح ومياه البحر وعشب البحر والثوم والفطر والأطعمة البحرية والحليب والبيض والحبوب الكاملة ولحم العجل والسّمك والبقول ومعظم الخضار والنخالة وسمك التونا والبصل والبندورة والقريبط.

الصوديوم Sodium

يُعَدُّ الصوديوم عنصراً ضرورياً للنمو ولقيام الجسم بوظائفه بشكل طبيعي، وهو يعمل مع البوتاسيوم للحفاظ على مضخة البوتاسيوم والصوديوم في الجسم، حيث يوجد البوتاسيوم داخل الخلايا، بينما يوجد الصوديوم خارجها. ويُعَدُّ الصوديوم ضرورياً للحفاظ على الأطعمة المُعالَجة، بما في ذلك غالبية الوجبات السريعة. ومن المصادر الغذائية للصوديوم الملح والمحار والجزر والشمندر ونبات الأرضي شوكي ولحم العجل والدماغ والكلَى.

الكبريت Sulfur

يُعَدُّ الكبريت عنصراً ضرورياً لصحة الشعر والجلد والأظافر، وهو يساعد على توازن الأكسجين الضروري لقيام الدماغ بوظيفته بالشكل المناسب؛ كما أنّه يعمل مع الفيتامين B المركّب في عمليات الاستقلاب الأساسية في الجسم. ويمثّل جزءاً من الأحماض الأمينية التي تبني النّسج، بالإضافة إلى فائدته في تقوية الجلد وجعل الشعر برّاقاً ومساعدته على محاربة العدوى الجرثومية. ومن المصادر الغذائية للكبريت الفجل واللفت والبصل والكرفس والبقول والبقلة وفول الصويا والسّمك واللحوم ولحم العجل والبقول المجفّقة والبيض والملفوف والعنب والزّبيب والطعام المجفّف والسكرين والحلويات والسلفيتات Sulfites والسلفات Sulfates.

الفاناديوم Vanadium

يمنع الفاناديوم حدوث الأزمات القلبية، ويثبّط تصنيع الكولسترول في الأوعية الدموية، ومصدره الغذائي هو السّمك.

الزُّنْكُ Zinc

يُعدُّ الزُّنْكُ عنصراً ضرورياً للعديد من الإنزيمات والمهرمونات في الجسم، وهو ضروري جداً لتصنيع البروتينات، كما أنَّه ضروريٌ لثبات الدم وللمحافظة على التوازن الحمضي القاعدي في الجسم، بالإضافة إلى أهميته في نماء أعضاء التكاثر والمساعدة على جعل غدة البروستات (الموتة) سوية عند الذكور. وهو يُساعد على معالجة الاضطرابات العقلية، ويسرّع الشام الجروح في الجسم، كما يساعد أيضاً على نمو الأظافر وعلى طرح الكولستيرول المترسب في الأوعية الدموية.

ومن المصادر الغذائية للزُّنْك نخالة القمح والتفّير (بذرة القمح) وبذور القرع وبذور دوار الشمس والخميرة والحليب والبيض والبصل والخضار ذات الأوراق الخضراء وفول الصويا وسمك الرنجة والبازلاء والأرز الأسمر والسمك والفطر ولحم الحَمَل والعجل والحليب المجفّف غير الدسم والخردل.

المعادنُ الزَّهْيْدَةُ (النزرة) Trace minerals

رغم أن الجسم يحتاج إلى هذه المعادن، إلا أنَّها توجدُ بكميات قليلة فقط. ومع أن الباحثين لا يعلمون ماهية وظيفة هذه المعادن بالضبط، إلا أن عوزَ هذه المعادن يُؤدّي - بلا شك - إلى حدوث مشاكل صحية. ومن مصادر هذه المعادن الغذائية البرسيم وعشب البحر والأطعمة البحرية وماء البحر.

الأحماضُ الأَمِينِيَّةُ Amino acids

تتكوّن جميعُ البروتينات من أحماض أمينية تُشكّل وحدات البناء (اللبنات) في البروتينات؛ ويوجد اثنان وعشرون نوعاً من الأحماض الأَمِينِيَّة منها ما يُصنّعه الجسم، ويُعرف بالأحماض الأَمِينِيَّة غير الأساسية Nonessential amino acids، في حين لا يُنتج الجسم ثمانية منها وتُعرف بالأحماض الأَمِينِيَّة الأساسية Essential amino acids، حيث يضطر الجسم لامتصاصها من الغذاء وهي: الليزين Lysine والمثيونين Methionine واللويسين Leucine والثريونين Threonine والفالين Valine والتريتوفان Tryptophan والإيزولوسين Isoleucine والفينيل ألانين Phenylalanine؛ كما يحتاج الأطفال أيضاً إلى الهيستيدين Histidine والأرجينين Arginine.

بروتين الصويا القديم الجيد

كانت معني وأمعني سرعان ما يتشجن بمجرد أن أكل أي نوع من مشتقات الألبان أو فول الصويا. وقد كانوا يقولون لي بأن ذلك مخص عندما كنت طفلاً، ولكن ذلك المخص استمر معي، حيث كان يبدأ عادةً في غضون 5-10 دقائق من تناول الحليب أو الكالسيوم أو الصويا؛ ولكن بعد أن علجتني الدكتور ديفي، لم أعد أعاني من التشنج عقب تناول أي من الأطعمة التي تحتوي على هذه العناصر. هذا، وقد كنت أهي سيدي Cindy تعاني من المشكلة نفسها، وقد استقلت - والله الحمد - من العلاج نفسه الذي حقته لي الدكتور ديفي.

ومن المصادر الغذائية للأحماض الأمينية الأطعمة ذات البروتين الكامل (كاللحم والسمك ولحوم الدجاج ومشتقات الألبان)، في حين تُعدُّ غالبية الخضار والحبوب والفواكه أطعمة ذات بروتينات ناقصة.

الليسيثين Lecithin

يُعدُّ الليسيثين ضرورياً لجميع الخلايا الحية في الجسم، حيث يتكوّن الغشاء الخلوي بشكل رئيسي من الليسيثين. ويقوم الغشاء الخلوي بدوره في تنظيم دخول العناصر الغذائية إلى الخلايا وخروجها. هذا، وقد يؤدي غياب الليسيثين إلى تصلب الغشاء الخلوي، كما أن بنية الليسيثين تحمي الخلايا من التلف بفعل الأكسدة، فضلاً عن أن الأغلفة المحيطة بالدماغ تتكوّن من الليسيثين. وتحتوي الخلايا العضلية والعصبية على هذه المادة الدهنية الأساسية. ويتكوّن الليسيثين من الكولين والإينوزيتول وحمض اللينولييك، مع الإشارة إلى أن الليسيثين يعمل كمُستحلب (Emulsifying agent).

تساعد الأحماض الأمينية على منع حدوث تصلب الشرايين Arteriosclerosis، وتحمي من الأمراض القلبية الوعائية، وتحسّن وظيفة الدماغ، وتعزّز الطاقة؛ كما تحسّن الأحماض الأمينية هضم الدهون، وتساعد على بَعَثَرَة الكوليسترول في الماء وإزالته من الجسم. وتحمي الأعضاء الحيوية والشرايين من تراكم الدهون عن طريق إضافة الليسيثين إلى الطعام، حيث تأتي غالبية الليسيثين من فول الصويا والبيض والخميرة والحبوب والبقوليات والسمك وبذور القمح.

لقد حَسَنْتَ طرائقُ إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد من طبيعة حياتي!

لقد أتيتُ إلى ريبيكا ستيems Rebecca Steams من أجل العلاج باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، وقد أحضرتُ معي نتائج اختبارات ثَبِّينَ أنني أعاني من أرجية تجاه نحو خمسين نوعاً من الأطعمة واشتبهتُ في عدد لا يُحصى من الأطعمة الأخرى، ممّا اضطرني إلى تقليل طعامي بشكل كبير. وقد كنتُ أكل الأشياء نفسها يوماً بعد يوم وعلى مدى شهور عديدة... وأيقنتُ أنني سأعاني في النهاية من أرجية تجاه تلك الأطعمة أيضاً. وقد اضطررتُ الأرجية إلى تغيير وظيفتي من استشاري إداري أسافر حوالي 80000 ميل سنوياً إلى وظيفة مكتبية في مقصورة، ولم أَعُدْ أستمع بأكبر هواياتي، وهي تحضيرُ العشاء الإيطالي "Cucina Toscana" كوسينا توسكانا لعائلتي وأصدقائي، وأصبح من الواضح تأثير الأرجية في عملي وأنشطتي؛ ولكن الأهم من ذلك كان تأثيرها في صحتي ونفسي.

وفي غضون شهرين من المعالجة باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد تحسَّنتُ نوعية حياتي، وأصبحت بنفَّة وتؤدَّة قادراً على تناول أطعمة أكثر دون أية تأثيرات ممرضة، كما أصبحت أستمع بالدجاج المشوي، وأشرب عصير البرتقال صباحاً، وأستمع بهصير الليمون في أيام الصيف. وقد أصبحت أراقب صحتي بالتخلُّص من الأرجية، وأضع لنفسي وصفات للاستمتاع بالأطعمة الممنوعة، لأنَّ التنوع هو ملح حياتي! وقد كتب مايكل أنجلو Michelangelo "الفكرة هناك؛ حبيسة في الداخل، وما عليك سوى أن تزيل الحجر".

وفي كل جلسة، كانت ريبيكا ستيems تزيل الأرجية من خلال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، وتفتح الباب لحياة أفضل وأكثر صحة؛ والأهم من ذلك أنها كانت تفتح آفاقاً أوسع للتخلُّص من الأرجية المضجرة وللمستقبل أكثر إشراقاً وتوازناً. ولكنني لا أستطيع التوصية بالجوء إلى ريبيكا ستيems وطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد أكثر من ذلك.

عدم تحمل اللاكتوز Lactose intolerance

شخص لمريض تيري Terry إصابته بعدم تحمل اللاكتوز منذ سنوات طويلة، حيث كان القليل من الحليب - ربما المتخفي في أي من الأطعمة - يؤدّي إلى شعوره في الحال بالكثير من الانزعاج والألم في الأمعاء، والذي قد يستمرّ لعدة أيام؛ لذلك، كان تيري يحتاط بشكل كبير من خلال قراءة وصفة أي شيء يشتريه، ويتجنب بحذر الحليب ومشتقاته كما يتجنب السم. ويعد أن علاجه من مشكلة الحليب، كان على أن أعالجه من مسألة اللاكتوز بشكل منفصل، وقد شجّته بعد التخلص من مشكلتي الحليب واللاكتوز بنجاح على تناول القليل من الحليب والتّظر فيما إذا كانت المشكلة متعلّقة بالظهور؛ وقد كانت نظرة الخوف بلدية على وجهه. ولدى مغادرته مكتبتي، وفي وقت العشاء، استجمع تيري شجاعته دون أن يضع في حصيلته الاعتدال. فقد أكل نصف قطعة من البيتزا دون أي مضاعفة، ثم تناول صحنًا من المتبّلات دون حدوث أية تفاعلات، ثم تناول صحنًا آخر من المتبّلات. والمدّهمش أنّه استيقظ في صباح اليوم التالي بصحة جيدة، دون أن يعاني من الآلام المعويّة المعتادة أو أي انزعاج في المساء. بل كانت ليلة الفضل؛ وهذا ما اتّفق تيري بفعالية طرّاق إزالة النقص بحسب نامبودريباد. وفي طريقه إلى المنزل، اشترى تيري بعضًا من الحليب وشربه في طريقه. ومنذ ذلك الوقت، أحال لي تيري ثلاثة من المرضى، ولقد علمت من زوجته أن طرّاق إزالة النقص بحسب نامبودريباد أصبحت موضوع نقاشه المفضّل. شكرًا لجنكم ذلك ممكنًا.

إن السّخلَصَ من أرجية الليسثين ومثله في الجسم من خلال الغذاء اليومي يُساعد على المحافظة على مستوى الكوليسترول في المصل، ممّا يحسّن الدورة الدموية الإجمالية. هذا، وقد يصل القارئ من خلال عديد الحالات المرضية التي ذكرنا إلى فهُم لأهمّية التغذية الجيدة (العناصر الغذائية غير المؤرّجة) في حياتنا، وذلك بغية الوصول إلى توازن مناسب في وظائف الجسم، حيث إنّ الجسم يحتاج إلى جميع الفيتامينات والمعادن بنسب مناسبة كي يقوم بوظائفه بالشكل المطلوب. وقد يؤدّي عوز أي من الفيتامينات أو المعادن أو الأحماض الأمينية، أو حتّى المعادن الزهيدة، إلى اضطرابات وظيفية أو مشاكل أخرى. ويمكن تجنّب الكثير من المتاعب في حال اكتشاف ذلك في الوقت المناسب ومعالجته أو إضافة الكمّيات المناسبة.

الفصل الرابع عشر

التَّحَسُّسُ (الْأَرَجِيَّة) والجهازُ التنفسي

تُعبَّرُ حمى الكلا Hay fever عن أعراض التهاب الأنف الأرجي (التحسُّس) Allergic rhinitis عندما يحصلُ في أواخر الصيف بسبب تفاعل الشخص تجاه الأعشاب والبذور أو الأزهار والأعشاب الجديدة. ويؤثر التهاب الأنف الأرجي في نحو 40 - 50 مليون شخص في الولايات المتحدة. ويتصف كلُّ من حمى الكلا والتهاب الأنف الأرجي بأعراض السيلان المائي من الأنف والعينين والحلق ونقص حس التذوق والرائحة، وبأعراض أخرى تشبه تلك المصاحبة للزكام. وتشتمل الأعراض الثلاثة الأكثر شيوعاً على العطاس الشديد والسيلان الأنفي المائي وانسداد الأنف. كما يعاني كثيرٌ من المرضى من نغز مُزعج داخل الأنف يُؤدِّي إلى عطاسٍ عنيف؛ بينما يشكو البعض الآخر من سُعالٍ جاف وسُعالٍ سطحيٍّ مُتقطع Hacking cough، في حين يحصل لدى آخرين إفرازٌ مائيٌّ غزير من دون عطاس أو انسداد المنخرين.

وقبلَ وقتٍ طويلٍ من التَّعرُّفِ إلى حمى الكلا وتشخيصها في القرن التاسع عشر، ذُكرت حالاتٌ من المرض طوال التاريخ الطبي؛ ففي زمن جالينوس Galen الطَّبَّيب الإغريقي الذي عاشَ في القرن الثاني قبل الميلاد، وضعَ سجلٌ عن الأشخاص الذين لديهم انزعاجٌ من الأزهار. واستناداً إلى أحد المؤرخين، كان ملكٌ بولندا خلال القرن الرابع عشر مصاباً بالتحسُّس للنفّاح، حتَّى إنَّه كان يتجنَّب رائحته، لأنَّه كان السَّمُّ الأكثر فتكاً. وفي عام 1563، وصفَ لوسيتانوس Lusitanus أناساً يعانون من نوباتٍ شبيهة بحمى الكلا. بمجرد النَّظر إلى الأزهار. وذكرَ ريدلين Riedlin، في عام 1693، أنَّ دوق سكومبيرغ Schaumburg لم يكن يتحمَّل النَّظرَ إلى قطعةٍ أو حتى شَم رائحتها من دون المعانة من دوخة وصعوبة في التنفُّس؛ ثمَّ جاء جون بوستوك John Bostock، وهو طبيبٌ إنكليزي، فقام بالعمل الأساسي الذي تقومُ عليه معرفتنا المعاصرة لحمى الكلا.

صداع الجيوب والتهاب الأنف الأرجي

قدمت إلى الدكتور ديفي قبل سنة وأنا أعاني من صداع جبني وضيق في التنفس وسعال وسيلان أنفي وأزيز؛ وفي غضون أول شهرين، تراجع صداعي الجبني بنسبة 90 ٪ تقريباً، كما اختفى السعال والأزيز تماماً. ولذا، نحن نعمل على التخلص من أعراض التحسس. وأنا ممتن جداً للمعالجة التي قمتها، وأوصي بها الكثير من الآخرين.

في عام 1819، قدّم الدكتور بوستوك Dr. Bostock بحثاً أمام المجتمع الطبي واصفاً علته التي كان قد عانى منها فصلياً منذ الطفولة. وبعد تسع سنوات، نشر بحثاً يغطي المزيد من الدراسات عن هذا الموضوع مسمياً الحالة بالنزلة الصيفية؛ وقد سُميت فيما بعد بحمى الكلا، لأن الكثيرين اعتقدوا في البداية أن التفاعلات كانت ناجمة عن الكلا (العشب).

وبحلول عام 1831، ذكر طبيب إنكليزي آخر هو جون إليوتسون John Elliotson بأن الكلا لم يكن هو السبب على وجه الدقة، وإنما السبب هو غبار الطلع الناتج عن الأزهار والأعشاب الطازجة. ولذلك، يُعد مصطلح حمى الكلا في الحقيقة تسمية خاطئة ووصفاً غير صحيح لهذه الحالة، لأنه يندر أن ينجم عن الكلا؛ كما أنه لا يؤدي إلى حمى إلا نادراً. ويمكن تعريفه بأنه تظاهرة (ظاهرة) أرجية (تحسسية) تحصل فصلياً وتنجم بشكل رئيسي عن غبار الطلع، مع أن هناك مواد أخرى يمكن أن تفاقمه.

التهاب الأنف الأرجي (التحسسي)

مع أن التهاب الأنف الأرجي (التهاب الأنف والممرتين الأنفيين) يؤدي إلى أعراض مماثلة لحمى الكلا، لكن هذه الأعراض تستمر طوال السنة غالباً؛ وهي تنجم عن مستأرجات أخرى، مثل الطعام والمستنشقات والأقمشة والمواد الأخرى. ويعاني الكثير من المرضى من كلتا الحالتين في الوقت نفسه، مع أعراض تتفاقم بشكل ملحوظ خلال فصل غبار الطلع.

يُعد التهاب الأنف الأرجي مشكلة طبية شائعة جداً، تصيب أكثر من 15 ٪ من الناس، سواء البالغين أو الأطفال. ويأخذ التهاب الأنف الأرجي شكلين

مختلفين، فصلي Seasonal وسنوي perennial؛ فأعراضُ التهاب الأنف الأرجي الفصلي تحصل في الربيع والصيف أو بداية الخريف، وتنجم عادةً عن التحسُّس الأرجي لغبار الطلع الصادر عن الأشجار والأعشاب والبيذور، أو عن أبواغ العفن Mold spores المحمولة في الهواء. ويعاني أناسٌ آخرون من الأعراض على مدار السنة، وتُدعى هذه الحالة بالتهاب الأنف الأرجي السنوي، وهو ينجم عادةً عن التحسُّس لغبار المنزل وسوس الغبار وقشرة الحيوانات وأبواغ العفن. كما أنَّ الأرجيات الطعامية هي سببٌ محتمل آخر للأعراض الأنفية السنوية.

يكونُ العرضُ الرئيسي لدى الأطفال هو انسداد المنخرين عادةً؛ ويميل الأطفال المصابون بحمى الكلا إلى التنفُّس عبر أفواههم، وتتصفُّ أصواتهم بالحنَّة (الصوت الأنفي) Nasal twang؛ فإذا ما استمرت الحالة من دون معالجة، يحصل تشوُّه في الوجه عادةً. وفضلاً عن الأعراض السابقة، يشكو الكثير من المرضى من حكة شديدة في العينين والأذنين والحلق وشرع الحنك، والوجه أحياناً. وقد تختلفُ أعراضُ حمى الكلا بشكل ملحوظ بين المرضى. ويكون الكثير من مرضى حمى الكلا متَحَسِّسين جداً للتغيرات في درجة الحرارة والطقس، وتتفاقم حالتهم عادةً بالبرد أو الهواء الرطب، مع أنَّ غبار الطلع يكون أقلَّ كثافةً في هذه الظروف.

يشعرُ معظمُ مرضى حمى الكلا بتحسنٍ حالتهم في الطقس الدافئ المشمس، وتؤدي هذه الحالة عادةً إلى شعور المريض بالقشعريرة Chills باستمرار تقريباً؛ ونتيجةً لذلك، يحتاجُ مرضى حمى الكلا إلى ارتداء ثياب أكثر تَبْطِيناً ودفئاً عندما يعانون من هذا العارض.

حمى الكلا والتهاب القصبات

عانت من حمى الكلا والتهاب القصبات منذ كنت في الثانية عشرة من عمري، ثم انتقلت إلى نورووك Norwalk في كاليفورنيا California، حيث عالجتني الدكتورة ديلي من تحسُّسي للفطائر وغبار الطلع والأعشاب والأزهار والقطور والعفن؛ وتخلّصت تماماً من الأعراض على مدى السنوات الثلاث عشرة الماضية (منذ عام 1986).

الرَّبْو عند ولدي

كان ولدي البالغ من العمر 4 سنوات يمرُّ بإحدى أكثر نوبات الربو شدة، حتى أنه يستعمل عضلات وجهه ليتنفس، وحصل ذلك بعد أن أمضى ساعتين على المنشقة في المستشفى Hospital inhaled. وطلبت إلى الدكتور ديفي أن أصفى لورتيه اللتين كلفتا في حلة خطيرة من خلال السماعة، وكان ذلك مخيفاً وبعد لحظات قليلة من إحدى المعالجات للمواد الكيميائية المعقدة بطرق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، أصفينا إلى رلتيه من جديد، فكفنا طبيعتين تماماً

كما أن الكثير من المرضى المصابين بالأرجيات الطلعية Pollen allergies يتحسسون أيضاً لبعض الأطعمة، فضلاً عن مُسْتَنْشَقَات ومُستأرجات غماسية أخرى. وعدا غبار الطلع والأعشاب، تشتمل العناصر التي تبيّن أنها تُسبب حمى الكلا بشكل أكثر شيوعاً على: السكر والخروب Carob والذرة والحنطة والفاصولياء والأناناس والبندورة والموز والعطر والأثاث والهررة والكلاب والريش والقبك⁽¹⁾ Kapok والغبار والبلاستيك والمطاط والجلد. كما أن مرضى حمى الكلا يعانون غالباً من السليالات الأنفية Nasal polyps، وهي تورّمات أو كتل نامية على الغشاء المخاطي ضمن المنخرين. وتنجم السليالات الأنفية عن احتقان الغشاء المخاطي والتهابه، وتميل إلى النمو أو الانكماش حسب شدة الأعراض. وتصبح في بعض الحالات كبيرة بما يكفي لسدّ المرين الأنفين تماماً، وحتى الامتداد أبعد من المنخرين.

لقد عانت مريضة بعمر 49 سنة من السليالات الأنفية (فضلاً عن التظاهرات (المظاهر) الأرجية الأخرى، بما فيها الربو)، وجرى استئصالها جراحياً عدّة مرات؛ ولكن العمليات الجراحية لم تُصحّح المشكلة التي استمرت في العودة. وقد كانت مُستاءة من مرضها المستمرّ ووصفات الطبيب؛ وسمعت عن برنامج طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، وزارتنا في عيادتنا، وخضعت لاختبارات على عناصر مختلفة، بما في ذلك غبار الطلع والأشجار والأقمشة والمواد الكيميائية والأطعمة. وفي أثناء بدئها بتلقي معالجات التحسس، كان ينبغي استئصال السليالات مرة ثانية؛ ولكن المريضة استمرت في تلقي معالجات إزالة التحسس لمدة سنة بعد الجراحة، فتحسنت

(1) كتلة من الألياف الحريرية.

صحتها العامة، وأمكنت السيطرة على الربو والأعراض الأرجية الأخرى لديها بمجرد مراقبة نظامها الغذائي ونمط حياتها. وقد بقيت السليبات الأنفية بعيدة عنها لمدة 4 سنوات من دون أية علامة على عودة النمو؛ وقد حصل تقدم كبير بعد تشخيص ومعالجة تحسسها للفورمالدهيد الذي يوجد في جميع الأقمشة تقريباً (بما في ذلك اللصاقات الموجودة على الألبسة) والأعمال الخشبية والمنتجات المكتبية والورقية والأخبار والأقمشة البيضاء والسجاد والكثير من الأشياء المنزلية.

ومن المهم للغاية أن يستشير مريض حمى الكلا اختصاصياً مناسباً في الأرجية عارفاً بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد عندما تبدأ الأعراض لديهم؛ فحمى الكلا تميل إلى التفاقم مع كل فصل؛ ويزداد احتمال المضاعفات الخطيرة مع كل نوبة شديدة لحمى الكلا. كما قد تتراكم مستأرجات جديدة عند المرضى غير المعالجين، فضلاً عن مصادفة زيادة تحسس في تفاعلاتهم.

قد ينجم التهاب الأنف الأرجي (الزكام) عن أية مادة: غبار المنزل والأغبرة المهنية (مثل الدقيق في المخبز، الغبار الصناعي) ومواد التحميل والأطعمة والحيوانات المنزلية وقشرة الحيوانات والظهارة الحيوانية ومسحوق الطباشير وحبر الجرائد والدهان والبلاستيك والمرشآت الكيميائية والعفن والصابون والعطور والعوامل الكيميائية الأخرى. وتؤدي المعالجة الفورية لهذه الحالات التحسسية إلى إنقاص كبير لاحتمال تحول تظاهرة تحسسية خفيفة نسبياً، مثل حمى الكلا أو التهاب الأنف الأرجي، إلى تحسس أكثر شدة كالربو.

التحسس للغبار

لقد عانيت من الضلع والتميلان الأنفي بمجرد اختلافي من الغبار، وكان علي أن أرتدي قناعاً عندما أغادر المنزل؛ لقد كان ذلك منزعجاً جداً، وكانت حياتي الاجتماعية محدودة. لقد تلقيت أطواراً ضد التحسس منذ طفولتي، وفقدتني نوعاً ما، ثم أجهت إلى النكتورة بغني من قبل معالج بنوي. وبعد أن عولجت من الغبار وسوس الغبار بطرق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، لم أعذ أبدي استجابة للغبار أبداً، وأصبحت قادرة على السفر إلى جميع أنحاء العالم الآن من دون ارتداء القناع، فزرت الهند واليونان ومصر وعدداً من البلدان الأوروبية الأخرى في السنتين الماضيتين من دون أية مشكلة. إن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد أسلوبٌ نوري حقاً!

هل يُسبِّب الفيتامين C الزكام أم يشفيه؟

كنتُ أخضع للمعالجة على يد الدكتورة ديلي عندما حصلتُ على لُوك معالجة من الفيتامين C، وبنحو لثني قد أصبتُ بالزكام مرة أو مرتين في الأسبوع، وبقيت أتناول الفين أو ثلاثة أيام واحدة من الفيتامين C يومياً. ولقد اكتشفتُ الدكتورة ديلي قُتني خُتت متخصِّصة للفيتامين C، فعولجت، ولما شعرتُ الآن بأنني أفضل لأنني أستطيع امتصاص الفيتامين C بدرجة أحسن.

الرَّبو

يُعَدُّ الرَّبو أحدَ أكثرِ الحالات التحسُّسية (الأرجية) خطورةً وإعاقةً، وتُشتقُّ هذه الكلمة من اليونانية، حيث يعني مُصْطَلَحُ Asthma "أنا أشق لعجزني عن التنفُّس". ولقد استعمل المصطلح من قِبَل أَبِقراط Hippocrates (460 - 370 قبل الميلاد) للإشارة إلى أنماط معيَّنة من الصُّعوبات التنفُّسية. ويُمثِّلُ الرَّبو حالة تحسُّسية تَضيقُ فيها الأنابيب القصية (القصبات) وتحوّل دون مرور الهواء بسهولة، ممَّا يؤدِّي إلى صعوبة شديدة في التنفُّس ونمط صافر (أزير) من الزَّفِير (هو إخراج الهواء من الرئتين). كما يعاني المريضُ في كثير من الأحيان من سُعال يُفاقمُ مآساته أكثر. وتحصلُ هذه الهجماتُ أو التَّوب بشكل تشنجي، لكنَّها قد تكون شديدة جداً في بعض الأحيان. ويكونُ الشُّعورُ بالاختناق شديداً جداً غالباً، بحيث يشعرُ المريضُ بأنَّه على وشك الموت. وفي بعض الحالات، تكون نوبة الرَّبو مميتةً فعلاً، حيث يموتُ المريضُ بسبب الإنهاك Exhaustion والعجز عن التنفُّس.

يُصيبُ الرَّبو أكثرَ من 10 ملايين أميركي، وهو أحد الأسباب الرئيسيَّة للتغيُّب عن المدرسة والعمل؛ ففي عام 1998 وحده، أصابَ الرَّبو 17299000 شخص في الولايات المتحدة. واستناداً إلى دراسة حديثة، كان أكبر عدد من الرُّبويين (المصابين بالرُّبو) [2268300] من سكَّان كاليفورنيا. كما كان عددُ المصابين بهذا الاضطراب 1236200 شخص في نيويورك، و1175100 شخص في تكساس.

يُعَدُّ الرَّبو السَّببُ الرَّئيسي التَّاسع للاستشفاء (دخول المستشفى) Hospitalization على مستوى الولايات المتحدة الأميريكية كلها؛ كما يُنفَقُ أكثر من 1 بليون دولار سنوياً على الرعاية الصحيَّة للرُّبو في الولايات المتحدة.

الشَّاقُ 'Anaphylaxis بسبب المَحَار

كنتُ أتفاغل بشدّة تجاه السمك ومنتجاته منذ الطفولة؛ وعندما كنتُ أكل كمية صغيرة من السمك أو المحار Shellfish، تنفلقُ حنجرتي، ولا أستطيع التنفّس، ويظهر الشرى على كامل جسمي، وينتهي بي الأمرُ في قسم الإسعاف لساعات، حيث أُعطيتُ الكورتيزون والأدوية الإسعافية الأخرى؛ وأبقى في بعض الأحيان بضعة أيّام في المستشفى. وقد افتُرح عليّ أحدُ أصدقائي، الذي عُولج من قِبَل الدكتور ديفي بسبب تحسّسه تجاه الفستق Peanut allergy، أن أزوّرَها بسبب التحسّس للسمك الذي يهدّد حياتي؛ وقد كنتُ متشوّقاً لمعرفة طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد NAET. وقد عالجتني تجاه جميع الأساسيات قِبل أن تعالجنِي تجاه أنواع السمك.

لقد عانيتُ من تفاعلٍ شديدٍ خلال أوّل معالجةٍ تجاه السمك؛ فبمجرد وضع فيال (زجاجة أو قارورة صغيرة) شفّافٍ يحتوي على طاقة السمك في يدي، تورّمت يدي وانتشر الشرى على كامل جسمي، ونهضتُ من طاولة المعالجة لأنقطعتُ حقنة الأفرينالين التي أحملها معي دائماً؛ ولكنّها أوفقتني، وطلبتُ مني العودة إلى مكاني، فقد بنتُ وثاقةً، فأطعنها، حيث طبّقتُ ضغطاً قوياً ثابتاً على ظهري صعوداً ونزولاً على طول عمودي الفقري عدّة مرّات. وعندما أنهت تطبيق الضغط الإبري Acupressure على طول عمودي الفقري، طلبتُ مني أن أستلقي على ظهري من جديد، واختبرتُ ذراعي، وكنتُ قوياً؛ وسألتني كيف أبدو؛ لقد كنتُ أتنفّس بشكل أفضل من ذي قِبل، ولم تُعدْ حنجرتي تتضيق أبداً؛ نظرتُ إلى ذراعي العاريتين، حيث بدأ الطفح الأحمر يتلاشى؛ وبدأ ذلك كالسحر كما كنتُ أظن. لقد كانت الدكتور ديفي تقف أمامي وعلى وجهها ابتسامة الثقة، منتظرة جوابي. 'جيدٌ، قلتُ مع تنهّد أمارّة الارتياح. هذا، وكان عليّ أن أخضع لثلاث جلسات من المعالجات المشتركة تجاه السمك (أنواع السمك، الرننتين، القولون، الطحال، الكبد، أنواع السمك وعناصره الأساسية، مجموعة السمك والحرارة، وكلّ ذلك في زيارة منفصلة للعيادة). وبعد إتمام المعالجات، أخبرتني بأنّ عليّ أن أضع جزءاً صغيراً من السمك في راحتي وأجلس لمدة 30 دقيقة؛ لقد شعرتُ بالتحسّس؛ ثم طلبتُ مني أن أكل قليلاً من السمك، وكانت حقنة الأفرينالين قريبة مني عندما أكلتُ قطعة من السمك، لكن لم يحصل شيء.

ومنذ أن عولجتُ للسمك، صرتُ أكل منه مرّتين في الأسبوع على الأقل من دون أيّة مشكلة؛ وهذا هو أفضل ما اكتشفه الإنسان (المرأة) في الطب.

أرجية الفستق (الفول السوداني)

عاش ولدي البالغ من العمر 8 سنوات من التحسس الحاد للفستق منذ أن كان رضيعاً؛ وعندما كان في الثالثة من عمره، أخذ إلى قسم الطوارئ بعد أن أكل شيئاً من زبدة الفستق، حيث يُصَلب بالربو ويظهر عليه الشرى الضخم وتورم حنجرته بمجرد إذابة زيت الفستق أو تخمينه. ولذلك، لم نكن نستعمل الفستق (الفول السوداني) أو زيت الفستق في المنزل؛ فقد كان كابوساً بالنسبة لي أن أقرأ جميع اللصاقات قبل أن أبتاع المنتجات الغذائية، أو أرسله إلى المدرسة حيث يأكل الأطفال الفستق والحلويات ومعظمها يحتوي على الفستق. وبعد ذلك، سمعتُ عن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرييل. لقد عولج سام Sam بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرييل تجاه الفستق. وبعد المعالجة، أكل من دون قصد قطعة حلوى بالفستق، فلم تحصل لديه أية استجابة. وأنا لا أخطئ لإطعامه الفستق كوجبات، لكنني أشعر بالراحة لأنني أعلم أنه لن يُصاب بتفاعل مهدد للحياة إذا أكل الفستق من دون قصد في مكان ما. شكراً للدكتورة ديفي على ما قمتم من إنجاز هائل إلى العالم!

الربو القصبي وألم الجسم

كنتُ أعاني على مدى 15 سنة تقريباً من نزلات متكررة تتحول إلى نوبات طويلة من الربو القصبي والضعف الشديد والتعب؛ وقد عالجنني الأطباء بجرعات كبيرة من المضادات الحيوية والستيرويدات ومضادات الهيستامين وأدوية السعال. ولذلك، أصبت بالاكنتاب والضعف، بحيث كنتُ بالكاد أتحرك من سريري، وأخضع للحقن يومياً على مدى أسابيع. كما أن معدي تُصاب بالغرغرة Gurgle والأذى بسبب طول مدة العلاج. وقد ظن الأطباء أن مشاكل معدي كانت بسبب الستيرويدات.

وفي إحدى الليالي، كنتُ مصابة بمرض الأنفلونزا وبدأت بالآزيز Wheezing، لذلك تناولتُ بعض أدوية السعال التي اعتدتُ على استعمالها؛ ولم أكن قد أصبت بالزكام منذ غادرتُ مناخ لوزياتا الرطب، لكن كان عندي بعض أدوية السعال القديمة. وبعد ساعة، استيقظتُ متوجعاً في كل بدني، مع ألم في معدي وغرغرة بالأسلوب القديم نفسه، وهذا ما أعاني بالذاكرة إلى الماضي عندما أكون شديد المرض. ولذلك، اتصلتُ بالدكتورة ديفي، وطلبتُ مني إحضار دواء السعال. وبمجرد ما عالجتني تجاه هذا الدواء، استعنتُ قوياً، وزال عني الكنتاب، وعادت معدي طبيعية. لقد كنتُ أعاني من عدوى خمائية مستمرة Continuous yeast infection على مدى سنوات؛ ولكن بعد أن عولجتُ تجاه ورق المرحاض، زالت واختفت. عندما بدأتُ مع الكنتورة ديفي، كان لدي ألم شديد في رقبتي ورأسي وكنتُ. ولكن، بعد أن عولجتُ تجاه اللصاقات في ثوابي (القطن والحريز)، نقص الألم بشكل ملحوظ.

من العجز الدائم إلى الحياة النشيطة تملأ!

أخبرني الأطباء بأنني سأكون بحالة عجز دائم، وبأن الدواء الذي أتأمله كان داءاً؛ كنت لا أستطيع أن أعبّر الأرضية من دون الجلوس والاستراحة، لأن نفسي كان ضيقاً بسبب الربو الذي كنت أعاني منه منذ 12 سنة. وكان قد أخبرني أحد أصدقائي عن الدكتور ديفي، لكن كان علي أن أنتظر قليلاً لأنه لم يكن لدي خبرة في الوخز الإبري، إلا أنه لم يكن لدي الخيل في نهاية المطاف إلا أن أذهب وأرى وأكتشف ما سيحصل.

لم تغد حياتي كما كانت من ذي قبل! فسابقاً، خضعت للاختبار تجاه جميع أنواع الأرجينات، وأخبرني الأطباء الذين زرتهم بأن الربو لدي كان بسبب الانفعالات وليس الأرجينات، لأن الاختبارات التي أجريتها لم تظهر أي شيء هام. وقد اختبرتني الدكتورة ديفي باختبار الضغط العضلي، حيث ظهر أن لدي تحسناً تجاه كل شيء كنت بتماس معه تقريباً، بما في ذلك أدويتي وزوجي.

ومنذ أن قدمت إليها، أصبحت قادراً على المشي وركوب الدراجة وأكل الأطعمة التي لم أأخذ أتفاعل لها بسبب المعالجات؛ وأنا مدرس صوت Voice teacher، واعتقدت أنني لن أكون قادراً على الغناء من جديد. ولأن، لنا أغني، وأصبحت جرت أدويتي في هذا الألفي، وأعيش اليوم حياة ما كنت أعتقد أنها قد تعود من جديد أبداً.

لقد اعتقدت أن حياتي كانت أبداً ما يمكن عن الحياة الطبيعية في كثير منها؛ لكن ذلك ليس صحيحاً، فمع الدكتورة ديفي، أعيش الآن حياة طبيعية.

البنذرة (الطماطم) سببت الربو!

اعتدت على المعاناة من الربو الشديد والتهاب الجيوب كلما أكلت البنذرة أو أي شيء محضر منها؛ وبعد أن عولجت تجاه البنذرة من قبل الدكتورة ديفي، لم أأخذ أعاني من أية تفاعلات بعد أن أكل البنذرة.

يُعدُّ الميلُ التحسُّسي (الأرجي) تجاه الربو (مع أنه ليس المرض التحسُّسي الفعلي) مَوروثاً؛ فهو يحصل بشكل أكثر شيوعاً في العائلات التي لديها قصة اضطرابات أرجية مختلفة؛ لكن، في حالة الربو، يبدو أن الميل تجاه هذه العلة التحسُّسية الخاصة وراثي أكثر بكثير منه في معظم الأمراض التحسُّسية الأخرى؛ فمثلاً، يمكن أن تلد المرأة المصابة بحمى الكلا أطفالاً يعانون من بعض المظاهر

الأخرى، مثل التهاب الجلد (وليس حمى الكلا)، في حين من الأرجح أن يكون للمريض المصاب بالربو أطفال يعانون من الربو أيضاً.

يغلبُ أن تُسببَ المُستأرجاتُ، مثل غبار الطَّلَع والأزهار والعفن والأغبرة، الربوَ عندَ المرضى المصابين به. كما أنَّ الربوَ يمكن أن ينجمَ عن أرجيَّات تجاه أيِّ مما يلي تقريباً: الطعام (السَّمك، المحار، الفستق، المُضافات الطعميَّة Food additives، ملوَّنات الطَّعام، السُّلفيتات)، الثياب، المواد الكيميائية (ملبَّيات الأقمشة، المنظِّفات، الشَّامبو، دَهون الجسم Body lotion)، العُطور، المواد التَّركيبيَّة (البلاستيك، اللاتكس، البَضائع المطاطيَّة، السِّرامِي، البلاط، أدوات الطبخ) والمواد الطَّبيعيَّة (القطن، الجلدَيَّات). كما أنَّ البردَ والحرارة والرُّطوبة يمكن أن تودِّي إلى تفاعل ربوي، فضلاً عن التحسُّس تجاه الزوج أو الأطفال أو أي شريك بشري آخر أو حتَّى الحيوانات الأليفة.

ما هي المحرَّضاتُ الشائعةُ للربو؟

- الطَّعام والأشربة والفيتامينات والمُضافات الطعميَّة والأدوية.
- المُستأرجات البيئيَّة: غبار المنزل، سوس الغبار، الغبار الصناعي، العفن، غبار الطَّلَع، العُشب، البزور، قشرة الحيوانات Animal dander، بشرة الحيوانات.
- ملوَّنات الهواء: دُخان السجائر، عوادم السيَّارات، الضباب الدُّخاني Smog، المواد الكيميائية، العدوى في السَّبيل التنفسي.
- تغيُّرات الطَّقْس: البرد، الحرارة، الضباب، الرُّطوبة، الجو الحار والرطب.
- التَّمرين (تساعد تمارينُ اليوغا مرضى الربو إذا أُجريت بشكلٍ صحيح).
- العوامل الانفعاليَّة.

اللقاحات والربو

لقد اعتنيتُ على الإصالة بالربو وعسر الهضم والاكْتِئاب كلَّما أكلتُ أيَّ شيء مع اللقاحات، ولكن، بعد أن علجتُ الكثرة بولي تجاه ذلك، أصبحتُ قفراً على أكل اللقاحات والتمتع بها من دون لُذة إصالة بالربو أو عسر الهضم والاكْتِئاب. وبما أنني عولجتُ تجاه التمسُّس للبيض، لم أَعانِ من لُذة مشكلة منكرة سابقاً عندما أكلُ البيض.

تُعدُّ السُّلفيتات Sulfites مواد واسعة الانتشار، حيث تُضاف كحَوَافِظ (مواد حافظة) إلى السلطات والبطاطا في الحانات والمطاعم وفي صناعة الوجبات السريعة؛ ويُقصدُ منها المحافظةُ على التَّضَارَةِ (أو على ما يوحي بالتَّضَارَةِ والنكهة على الأقل)، لأنَّ تلك الخضار تبقى لفترات طويلة بحالة عَرَض. وتمثُلُ السُّلفيتات - وللأسف - مشتتات ملحَّة لحمض السُّلفوريك (الكبريتيك) Sulfuric acid، حيث يَكُونُ الكثيرُ من مرضى الربو حسَّاسين جداً تجاهه.

طلبت هيلين البالغة من العمر 65 سنة وجبة تاكويتوس Taquitos مع صلصة الغواكامول اللادعة Tart guacamole sauce في إحدى الاستراحات؛ وأخذت ما تبقى من ذلك للعشاء. وبعد ساعتين من الأكل، اشتكت من نوبة ربو شديدة؛ ثم اكتشفت أنَّ السُّلفيت الذي أُضيفَ إلى صلصة الغواكامول للمحافظة على لونها الأخضر الجميل قد حرَّضَ نوبة الربو لديها. ويُعدُّ استعمالُ السُّلفيتات في الطعمة مَحْظُوراً في كاليفورنيا، لكنَّه مسموحٌ استعمال "المبييض العام" الذي يعمل مثل السُّلفيتات ويؤدِّي إلى الكثير من التفاعلات التحسسية، لا سيَّما في مرضى الربو.

الربو والتهاب الجيوب

قمتُ إلى الدكتور ديفي من خلال صديق لي عام 1985. كنتُ أعاني من الربو منذ الطفولة. وخلال السنين السبعة الماضية، أصبتُ بالتهاب شديد في الجيوب، وكنتُ أستخدم المضادات الحيوية لمدة 20 يوماً على الأقل كل شهر. وكانت الأعراضُ لدي هي صداع الجيوب وضيق التنفُّس والسعال والأزيز. وفي غضون أول شهرين من المعالجة، نقص صداع الجيوب لدي بنسبة 90 ٪، كما زال السعال والأزيز فطياً. عولجتُ بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد لمدة 8 شهور، وأصبحت خالية من الأعراض تماماً. وقد كانت نتائج الاختبارات السابقة إيجابية تجاه الأعشاب وحب الطلع والأشجار. وبموجب نصيحة الدكتور ديفي، انتظرتُ عشرة شهور إضافية بعد إتمام المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد لإجراء اختبارات التحسس التقليدية، فكانت النتائج سلبية تجاه الأعشاب وحب الطلع والأشجار هذه المرة. والآن، تخلصتُ من الربو والتهاب الجيوب منذ 14 سنة. شكراً للدكتور ديفي ولطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

كان لدى امرأة عمرها 44 سنة قصة ربو منذ الطفولة، وتبين في نهاية المطاف، من خلال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، أن لديها تحسّساً شديداً تجاه الخيزران Bamboo؛ فالخيزران سبب عائق طاقة في خطّ رتئها؛ كما اكتُشف أن بيت الطفولة والبيت الراهن كانا مرصّعين ومزيّنين بأثاث الخيزران والقصب. وتحسّن الربو لديها بعد معالجتها تجاه الخيزران.

ما هو التهاب الجيب؟

التهاب الجيب Sinusitis هو التهابٌ أو عدوى في واحد من المجموعات الأربعة لأجواف الجيوب في الجمجمة، والتي تفتح نحو المرئين الأنفيين. وليس التهاب الجيب هو التهاب الأنف Rhinitis نفسه، مع أن كليهما قد يترافقان ويمكن أن تتماثل أعراضهما. ويُستعمل المصطلح "مشكلة الجيوب Sinus trouble" أو "احتقان الجيوب Sinus congestion" بشكل خاطئ أحياناً للدلالة على احتقان المرئين الأنفيين؛ فمعظم حالات الاحتقان الأنفي لا تتصاحب بالتهاب الجيب.

عانت بينا Bina، المدرّسة البالغة من العمر 44 سنة، من سعال جاف شديد وسعال متقطع لمدة 18 شهراً؛ وقد جرّبت أدوية مختلفة لإيقاف السعال من دون جدوى، وأزعجها سعالها إزعاجاً ملحاً، وكانت بالكاد تنام خلال الليل. وتحت وطأة إحباطها من هذه المشكلة المستعصية، قدمت بينا إلى عيادة نامبودرياد، وخضعت للاختبارات على يد اختصاصي التحسس، وتبين أن لديها تحسّساً تجاه الأغبرة والحشرات والأعشاب وغبار الطلع؛ وعولجت تجاه معظم الأطعمة والأقمشة والأغبرة والأعشاب وغبار الطلع والمواد الكيميائية في بيئتها من دون أية نتائج إيجابية. وأخيراً، تبين أنها تتحسّس لأظافر الأكريليك Acrylic nails.

ومعزٍد من الاستجواب، اكتشفنا أنها بدأت خلال الشهور الثمانية عشرة الماضية باستعمال أظافر الأكريليك لتغطية أظافرها الهشة؛ وعندما نزع بينا الأظافر الأكريليكية ليوم واحد للتأكد من حدوث أي فرق في سعالها، ذهشت من توقف السعال تماماً بمجرد نزع الأظافر. وفي اليوم التالي، عولجت تجاه الأظافر، واختفى سعالها الذي دام 18 شهراً.

لم تعدّ العنوى الأنفية المزمنة موجودة

بعد فترة قصيرة من البدء بمهمة جديدة في التصنيف الداخلي، أصبت فجأة بعنوى أنفية بسبب أرجيت لم أكن أعلم أنها لدي. وقد تفاقمت العنوى حتى خضعت للجراحة في نهاية المطاف لمنعها من الانتشار نحو الدماغ وتخفيف الضغط المتزايد وتكرار الهجمات الربوية وشدتها. وخلال فترة المبع سنوات تلك، تلقيت حقناً للتحسس وحقن كورتيزون ومضادات هيستامين ومضادات حيوية وصفها لي الكثير من الأطباء، ولم أستفد منها شيئاً. وفي السنة التي تفاقمت فيها العنوى قبل العملية، بدأت أرى الكثرة ديفي التي أشارت إلى بعض المستلزمات الهلثة. وبعد معالجة عدد منها، وجدت أنني لم أجد تفاعل تجاه تلك المستلزمات الخاصة، وبدأت أخل في مرحلة من التقدم نحو الشفاء. ولكن درجة العنوى حتى تلك الحن أعلقت فترة الجسم على الاستجابة بسرعة؛ لذلك كانت العملية ضرورية للمساعدة على الشفاء وإيقاف انتشار العنوى. وقد جمع نحو كوبين من المواد المغذية من أجواف الجنوب السنة الممتلئة.

وبعد العملية، أصبحت نوبت الربو بدرجة أقل، لكن جسمي لم يتخلص تماماً من العنوى المستمرة، ولم أكن قادراً على العمل. وعندما بدأت الكثرة ديفي بمساعدتي على التخلص الشام من العنوى، بدأت عملية الشفاء بالتسارع؛ فمن خلال فطنة الكثرة ديفي وإصرارها، اكتشفت المستلزمات (التي لم يتعرف الطب التقليدي (بها) التي تعرضت لها خلال علي، مثل الراتينجات Resins والفورمالدهيد، وهي المستلزمات الرئيسية المساهمة في مرضي. كما أن عدداً من الأطعمة والنباتات والمواد الكيميائية الأخرى ساهمت في اعتلال صحي أيضاً. ولكن يبدو أن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريد خلصت في الواقع جسمي من التفاعل تجاه تلك المستلزمات بشكل خاص. لقد خضعت لجراحة الجيوب عام 1988، ولم يحصل لدي نقص لعنوى الجيوب أو نوبت ربوية خلال السنين العشر الأخيرة. هذا، ولم يكن من المفترض أن أترك عملي كمصمم للترزين (الديكور) الداخلي، والذي أحبه، ولذلك أنا موفق جداً لاكتشاف الكثرة ديفي وطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريد.

عانت ديلا Della البالغة من العمر 47 سنة من ربو مزمن وسيليات أنفية؛ وكانت تعمل في محل للفنون، وبدأت عاجزة على مدى سبع سنوات. وبعد تقييمها في عيادتنا، اكتشفنا أنها كان تتحسس للفورمالدهيد، وهو أحد المكونات في مئات المواد من حولها: الدهان، إطارات الصور، الأقمشة، اللصاقات الاسميّة على الثياب، الخشب المضغوط، البضائع الجلدية، البلاستيك، مواد التشطيب (الرّوش) في الكثير من الأشياء، القهوة المنزوعة الكافيين، سائل التّحنيط، الثلجات... إلخ.

وقد أصبح الربو لديها تحت السيطرة بعد معالجتها بنجاح تجاه الفورمالدهيد. يستجيب الربو، مثله مثل الحالات التحسسية الأخرى، جيداً لطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وعند البدء بالمعالجة، يكون من المفضل دائماً المشاركة بين المعالجات الطبية الغريبة وطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد للحصول على أفضل النتائج وأسرعها. وبعد أن تُعالج تجاه العناصر الأساسية، يمكنك تقييم أعراضك ومحاولة التقليل شيئاً فشيئاً من جرعات أي دواء يمكن أن تستعمله.

استجاب رون Ron البالغ من العمر 44 سنة جيداً لمعالجة الحنّاق الدفتيريا Diphtheria، وتخلص من التهاب القصبات المزمن لديه؛ فكان قد ورث الميل إلى الأرجيات من أمّه التي ماتت بالحنّاق عندما كانت في السبعين. وتظاهر التفاعل تجاه الحنّاق لديه بشكل التهاب في القصبات والجيوب والمفاصل.

لقد شفي سُعالِي المزمن بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد!

عانيت من سُعالٍ جافٍ شديدٍ على مدى أربع سنوات، وكنت أسعلُ طوال اليوم؛ ويصبح السُّعالُ لديّ أسوأ ليلاً بعد أن أذهب إلى النوم، وفي الصباح عندما أستيقظ. لقد جرّبتُ الطبَّ الغربي، ولم أستفدْ منه شيئاً؛ وقد غيّرتُ بطانة فراشي إلى القطن 100 %، وحافظتُ على منزلي خالياً من القُبار، واستخدمتُ منقّيات الهواء والماء؛ كما جرّبتُ كلَّ معالجةٍ ممكنةٍ يمكنها أن تفرّج مشكلتي؛ ثمّ اهتديتُ إلى الدكتورّة ديفي من خلال أحد الأصدقاء؛ فقامت بتقييمي في عيانتها، وسألتني في أولِّ زيارةٍ لها عما إذا كنتُ أستعملُ أيَّ غُشُولٍ خاصٍّ للّحم؛ وبالفعل، كنتُ أستعملُ هذا الغُشُولَ الخاصَّ كلَّ ليلةٍ قبل أن أذهب إلى النوم، وفي كلِّ صباحٍ بعد أن أفرش أسناني؛ فعالجتني تجاه هذا الغُشُولَ الفموي، وكان عليّ أن أتجنّبهُ مدّة 40 ساعة؛ فتوقّف السُّعالُ، مثلَ فصل مفتاح كهربائي تماماً، بعد المعالجة تجاه غُشُولِ اللحم؛ والآن، أنا أستعملُ غُشُولَ اللحم بانتظام من دون أيّة مشاكل.

لقد سبّب دواءُ الربو الربو لديّ!

لقد اعتدتُ على الإصابة بنوبات الربو، وأخبرتُ بأنّ عليّ أن أتناول دواء الربو؛ وفي كلِّ مرةٍ أستعمله، يتلفم الربو لديّ. وقد اكتشفتُ الدكتورّة ديفي أن لديّ تحسساً تجاهه؛ فعالجتني، وأستطيع الآن أن أستعمل دوائي للتقليل من الربو عندي.

كانت كيلي Kelly البالغة من العمر 11 سنة تشكو من تَسْتِيل (تقطير) من خلف الأنف شديد والتهاب الجيب منذ سنتين؛ وقد وضعت لها عائلتها مرشحة مائيّة Water filter قبل سنتين، وعولجت تجاه المواد الكيميائية المائيّة وزالت مشكلتها. والآن، وبعد سنة من المعالجة، لا تزال تستعمل نظام التصفية نفسه دون أيّة آثار ضارة.

استمرت ماريان Marianne البالغة من العمر 38 سنة في المعاناة من نوبات ربوّة عندما تكون في فراشها، رغم معالجتها بنجاح تجاه الوسائد والمفارش والأقمشة... إلخ. وأخيراً، تبين أنّ غرفة نومها المرصّعة بخشب الورد وأدراجها هما السبب. وبعد معالجتها تجاه خشب الورد، لم تعد تعاني من نوبات الربو في غرفة نومها.

كان سام Sam البالغ من العمر 42 سنة مُصاباً بتهيج في الحلق وسعال يبدأ دائماً في الساعة الرابعة بعد الظهر، ويزولان في الساعة الثامنة بعد الظهر؛ وهو كان يعمل كوكيل سفرّيات، وكانت ساعات عمله من 4 - 6 مساءً. وقد أدّى السعال المُهيج لديه إلى جعله منزعجاً جداً. وبعد التقييم المناسب، تبين أنّه كان يأكل صنفاً معيّناً من قُضبان الشوكولاته كلّ يوم الساعة الثانية بعد الظهر خلال وقت استراحته. وبحلول الساعة الرابعة بعد الظهر، كان يظهر التفاعل التحسّسي بسبب قضيب الشوكولاته بشكل نوبات من السعال. ولكن، بعد معالجته تجاه الشوكولاته، لم يعد يعاني من هذه المشكلة ثانية.

كنتُ اتّحسّس للبخاخ الأنفي الذي استعملته

في كلّ مرة استعمل البخاخ الأنفي، يصبح وجهي أحمر. ولكن، بعد المطالعة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريك، أصبحت استعمل هذا البخاخ من دون تثارّات مرضيّة. وبما أنّني كنتُ مُصاباً بالربو، فقد كنتُ أتناول دوائين فمويّين واستعمل ثلاثة نشوّقات Inhalers. ومنذ أن عالجتني الدكتورة ديفي بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريك تجاه النشوّقات لدي، لم أُنقص الأنوية بنسبة 50 % فقط، وإنما انقصت أُنويتي الفموية أيضاً.

ليس الربو مرضاً خطيراً ومزعجاً فحسب، إنما يعيق قدرة الشخص أيضاً على ممارسة حياة طبيعية؛ فإذا كنت تُعاني من الربو، يجب أن تتلقى معالجة عاجلة ضد التحسس؛ كما ينبغي أن يحمل الربويون Asthmatics بخاخات نشوكة Inhalant sprays للحصول على انفراج آني وسريع في الحالات الإسعافية، لأن النوبة الربوية قد تتعرض في أي وقت. بمجرد التماس غير المتوقع مع المُستأرج.

يمكن أن تَحْرُضَ العواملُ البيئية، مثل غبار الطلع والأعشاب ودُخان السجائر ورائحة غاز الطبخ ورائحة الأطعمة المقلية والعطور والأزهار والتوابل ورائحة الحرق ورائحة توابل الطعام ورائحة الأقمشة والقبار والعفن ورائحة الحيوانات ورائحة مُفرزات الجسم (البراز، البول، القشع، العرق، البخر "رائحة النفس الكريهة")... إلخ، انزعاجاً تنفسياً يتجلى مثلاً بشكل سُعال أو ربو أو تَسْتِيل (تَقَطِير) من خلف الأنف أو هُجُج في الحنجرة... إلخ؛ فإذا جمعت هذه الأشياء مع الرائحة وعالجتها بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، ينبغي ألا يعود المُستأرج أو رائحته قادرتين على إزعاجك بعد المعالجة النَّاجحة.

يتحسس الكثير من الناس تجاه الأدوية التي يستعملونها لتفريج مشاكلهم وآلامهم؛ وعندما لا يحصلون على الانفراج المتوقع، يشتكون ذلك إلى أطبائهم؛ فيقوم الأطباء بتغيير الدواء بدواء آخر مختلف، فإذا لم يُفد الدواء الجديد، يستبدلونه بدواء ثالث. ويمكن للأطباء والمرضى أن يقللوا من خيبة أملهم هذه من خلال تعلّم طُرُق الاختبارات العضلية في طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، حيث يستطيع الطبيب أن يتحقق من الدواء غير اختبارات نامبودرياد العضلية قبل وصفه. كما يستطيع الصيادلة أن يتحرروا التحسس قبل إعطاء الدواء للمريض. ومن الضروري جداً تعلّم اختبارات نامبودرياد العضلية لجميع الأطباء الممارسين والصيادلة؛ كما ينبغي أن تتعلّم طرائق الاختبارات لاختبار نفسك تجاه الأدوية التي تستعملها؛ وبإمكانك استقصاء التحسس تجاه الأدوية قبل تناولها. وبذلك، تستطيع أن تحصل على الفائدة المرجوة والانفراج من الأعراض بدلاً من الإصابة بخيبة الأمل نتيجة محاولة البحث عن أطباء آخرين وأدوية مختلفة.

اشتكت امرأة عمرها 46 سنة من التهاب شديد في الجيب ومشاكل تنفسية، بما في ذلك الربو، طوال حياتها بعد البلوغ؛ فعندما كانت بعمر 18 سنة، أعطيت

حُقِنَ الكورتيزون في المستشفى، ودخلت في صدمة كاملة تقريباً في ذلك الحين، لكنّها تعافت في نهاية المطاف من السّورة. وبعد أن خُرجت من المستشفى، بدأت تعاني من مشاكل شديدة في الجيوب والسبيل التنفسي العلوي. وفي عمر 46 سنة، عندما اختبرت تجاه الكورتيزون، أظهرت استجابةً عنيفة. ولكن بعد معالجتها من الكورتيزون بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، تحسّنت مشاكلها التنفسية العلوية التي دامت 28 سنة.

يمكن أن تحدث الأعراض التنفسية (الربو، التهاب الحنجرة، نوبات السعال، الشعور بوجود الغبار في الحلق، الأعراض الشبيهة بحمى الكلى، الشعور بالاختناق Choking) عند الأفراد المتحسّسين نتيجة الأشياء التالية: مقالي الطبخ، التفلون Teflon الذي تُطلى به أدوات القلي "المقالي"، مرشّات الطبخ، مواد الطبخ مثل أجهزة غسل الغازات Scrubbers وصابون غسل الصحون والروائح من: الطبخ والقلي والتتبيل (إضافة التوابل) والطعام المحروق وفرقة الذرة الصفراء وتخمر القهوة وطبخ اللحوم ونفايات المطبخ القديمة والطعام الفاسد والزيوت الفاسدة وسطل القمامة القذر ومواد التنظيف الكيميائية... إلخ.

لم تكن امرأة بعمر 54 سنة تتحمّل طوال حياتها رائحة الزيت المقلي؛ وعندما تشم أي طعام مقلي بشدة، ينتهي بها الأمرُ بربو شديد. وقد عولجت في عيادتنا تجاه الزيوت المسخنة؛ ولا تستطيع الآن شم رائحة الزيت فحسب، بل بإمكانها أن تطبخ وتأكّل مع العائلة من دون إظهار أي أثر للمشاكل التنفسية العلوية.

يمكن أن تحرّض رائحة دخان السجائر الربو عند الأشخاص المتحسّسين؛ ويكون على هؤلاء الناس أن يعزّلوا أنفسهم في بيوتهم معظم الوقت، كما لا يستطيعون الدخول في الحشود أو السينما أو مراكز التسوق أو الطائرات أو الحدائق العامة الترفيهية أو المطاعم... إلخ، خوفاً من الإصابة بالربو. وقد جرى الحد من التدخين مؤخراً في الكثير من المناطق في البلاد. ومع ذلك، وجد المدخنون طرقاً للتلوّث المناطق العامة بالدخان، ممّا جعل من الصعوبة على الأفراد المتحسّسين للدخان أن يعيشوا حياةً طبيعيّة. ويمكن أن تزيل طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد التحسس للدخان، وبذلك يستطيع الربويون أن يعيشوا مع حيواناتهم المدخّنين بسهولة.

التحسُّنُ للصَّوْفِ ودُخَانُ السَّجَائِرِ

لقد أُنْصِيتُ حياتي مع الأَرْجِيَّاتِ، بما في ذلك الرُّبُو وحُمَى الكَلَأِ ومشاكل الجُنُوبِ والإِنْزِيْمَةِ؛ وكانَ أسوأُ ما أَتَحَسَّسُ له الصَّوْفُ ودُخَانُ السَّجَائِرِ. وقد أَصْبَحْتُ متَحَسِّساً جداً للصَّوْفِ بحيث لم أَغْذِ أَستطِيعُ ارتدَّاءَهُ أو الاقْتِرَابَ من أَيِّ شَخْصٍ يرتديه من دونِ المشْعُورِ بالاختناقِ، والمعاناة من الصَّدَاحِ وتهيجِ الحلقِ، ومن نوبةٍ ربوِيَّةٍ غالِباً. ومنذُ أن عالجَني الدُكْتُورَةُ ديفي تجاه الصَّوْفِ، أَصْبَحْتُ قَادِرةً على ارتدائه للمرة الأولى بعدَ سنواتٍ عَديدةٍ من دونِ حُدُوثِ أعراضٍ مُزعِجَةٍ. كما أَدَّى تحسُّسي لدُخَانِ السَّجَائِرِ إلى إعالَتي اجتماعيًّا، وقادت معالَجتِي تَجاهَهُ إلى مَنَحي الرَاحَةَ الاجتماعيَّةَ، لأنَّني لم أَكُنْ أُرْغِبُ بِفَرْقٍ نَفْسي عن أَصْدِقَائِي؛ ولا أَستطِيعُ أنْ أَعْزَ عن مَدَى إِمْتِنَانِي للدُكْتُورَةِ ديفي لاكتشافها هذه الطَريقَةَ العلاجيَّةَ الجَديدةَ للتخلُّصِ من الحَالاتِ التحسُّسيةِ (الأَرْجِيَّاتِ) بِشَكْلِ دائمٍ.

إذا كُنتَ تَتَحَسَّسُ للدُّخَانِ، يَمْكَنُ أنْ تَكُونَ متَحَسِّساً تَجاهَ أَشْياءٍ أُخرى في الهَواءِ؛ حيث يَمْكَنُ أنْ يَتَحَرَّضَ الرُّبُو عِنْدَ الرُّبُوبِيْنَ بِدُخَانِ المَواقِدِ ورائحةِ تَحْمِيرِ القَهْوَةِ وفِرْقَةِ الذَرَّةِ الصَّفْراءِ ورائحةِ الطَّبْخِ والغازولينِ وعوادمِ السَّيَّاراتِ... إلخ. ومن المَفيدِ استعمَالُ مُنَقِّيَّاتِ الهَواءِ في المَنَزَلِ إذا كُنتَ تَتَحَسَّسُ لِهَذِهِ الرِّوَائِحِ؛ وَهَناكَ الكَثِيرُ من المُنْتَجَاتِ الكِيميائيَّةِ والرِّوَائِحِ المَتوفِّرةِ للمُساعدَةِ على تَخْفِيفِ الأَعْرَاضِ. وَخلالِ المَعالَجاتِ الأَوَّلِيَّةِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ، يَمْكَنُ أنْ تَفِيدَ هَذِهِ الوَسَائِلُ. وَبعْدَ الإِكمالِ النَّاجِحِ لَطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ، يَكُونُ بِمَقْدُورِكَ العِيشَ بَينَ جَمِيعِ هَذِهِ الرِّوَائِحِ من دونِ أنْ تَتَوَثَّرَ في صَحَّتِكَ.

يَمْكَنُ أنْ تَحَرَّضَ العَوَامِلُ الانْفِعالِيَّةُ Emotional factors أَيْضاً السَّعَالَ والرُّبُو والتَّهابَ الجَلِيبَ والتَّهابَ القَصَبَاتِ أو أَيَّ اضطرابٍ نَفْسيٍّ علَويٍّ آخَرَ. وَحَتَّى إذا كانَ السَّبَبُ انْفِعالِيًّا، فَإِنَّهُ قد يُوَدِّي إلى أَعْرَاضٍ جَسَدِيَّةٍ وَفِيزِيُولُوجِيَّةٍ.

كَانَ راي Ray البَالِغُ من العَمرِ خَمْسَ سَنَواتٍ مُدْمِناً على الرِّضَاعَةِ (التَغْذِيَةِ) مِنَ الزُّجَاجَةِ؛ فَقَدْ كانَ يَشْعُرُ بِالرَّاحَةِ مَعَ الزُّجَاجَةِ، وَرَفَضَ تَنَاوُلَ الطَّعَامِ بِأَيَّةِ طَريقَةٍ أُخْرَى. وَلِذلِكَ كانَ على أُمِّهِ أنْ تَسْتَحْلِبَ جَمِيعَ أَطْعَمَتِهِ وَتَطْعِمَهُ بِزُّجَاجَةٍ (رِضَاعَةٍ)

الخوفُ حرَضَ الربوَ لديّ

كان ولدي البالغ من العمر 7 سنوات يعاني كل سبت من الربو، ولم يستفد من الأدوية أو البخاخات مطلقاً؛ وكان عليّ أن أخذه إلى عيادة الطبيب أو قسم الطوارئ. وبمجرد الجلوس في غرفة الانتظار بقسم الطوارئ، يزول الربو لديه. لقد كان يوم السبت دور أبيه في أخذه إلى عطلة نهاية الأسبوع، ولذلك كان يشعر منذ ليلة السبت بأنه على غير ما يرام، ولا يرغب بالذهاب مع أبيه. وعندما أتيت به إلى الدكتور ديفي، وجدت أن سبب الربو لديه كان حالة التفاعلية.

لقد كان خائفاً من الذهاب مع أبيه، لأنه سيقضي ليلته في غرفته مع شريكه في السكن. لذلك بدأ بعليّ من أعراض استشرابية ربوية، وقضى مساء السبت في قسم الطوارئ، ثم يأخذه ولده يوم الأحد في فسيحة لمدة ساعتين. وبعد أن عولج من التحسس والخوف من زميل والده في السكن، توقف ربو ليلة السبت لديه.

ذات فُتْحَة كبيرة في حلّمتها، وأصبح ذلك روتيناً. وقد رغبت الأمُ بفطْم ولدها عن الرُّجاجة؛ ولكن في كُلِّ مرّة حاولت إبعاده عن الرُّجاجة وإطعامه بالملعقة، كان يُصاب بأعراض نَزْلِيَّة (كالأنفلونزا) Flu symptoms وحمّى تتراوح بين 38.9 - 40° (درجة مئوية)، ثُمَّ يفقد شهيتَه ويرفض تناول أي طعام. وكان الطفل يبكي لساعات إذا لم يُعطَ الرُّجاجة، ولم يكن والداه يطيقان رؤيته يبكي. فبكائه سبب مشاكلَ تنفّسية علويّة، ممّا أقلق أمّه التي كانت تُسارع إلى إعطائه الرضّاعة من جديد. وبمجرّد حصوله على الرُّجاجة، كانت تزول الحمّى لديه، وتعود الحرارة إلى طبيعتها ويخلد إلى النّوم؛ وعندما كان يستيقظ، يبدو طبيعياً من جديد.

حمّى الكَلأ

عانيتُ من حمّى الكَلأ منذ طفولتي، وأخبرني الأطباء بأنني أستطيع الحدّ من الأعراض بالأدوية، لكن دون إلزائها؛ ثُمَّ درستُ طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريد، ووجدتُ أن لديّ تحسّساً شديداً للحليب، حيث كنتُ أشربُ كلَّ حين منه يومياً. وعندما اخْتُبِرَ بالنسبة إلى التحسس للحليب، شُفِيتُ من نوبتِ حمّى الكَلأ التي لازمتني طوال حياتي؛ وأنا الآن أستمعُ من جديد بتناول الحليب من دون المعاناة من حمّى الكَلأ.

لقد استمرَّ ذلك أربعةَ شهور، حيث كان من الصعب جداً كسرُ هذه العادة؛ وأخيراً، قرَّرا الذهابَ إلى هاواي لمدةِ أسبوع. وبعد الوصول، أخبراه أنَّهما نسيا إحضارَ الزُّجاجةَ معهما، ولكن عندما يعود، يصبح بإمكانه الحصول عليها من جديد؛ وحتى ذلك الحين، عليه أن يأكلَ مثلَ أمِّه وأبيه؛ وقد أُعطيَ دميةٌ لإلهائه، فوافقَ على ذلك. ومع كثرةِ الأنشطة في هاواي، نسيَ أمرَ الرضاعة (الزُّجاجة) لمدةِ أسبوع؛ وعندما عادوا، لم يُعذِّرَ رأيَ يحبِ الشربَ من الزُّجاجة أبداً؛ فدمغنا بتكيِّف مع العادات الجديدة بسهولة.

يَقومُ الطبيبُ المختصُّ بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد من خلال التَّقييم - وقبل المضيِّ نحو العلاجات - بتحريِّ جميع هذه العَوامل؛ وعندما يمارس هذا العمل بانتظام، لا يحتاج إلى أكثر من بضع ثوان لاستبعاد جميع هذه العوامل غير المألوفة؛ فالممارسُ لطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد مدربٌ جيِّداً على إجراء الاختبارات وتعيُّن تأثيرات الانفعالات في المشاكل الصحيَّة الراهنة.

إذا لم يُنْتَبَه إلى الربو، فقد يتحوَّل إلى نُفاخ رئوي Emphysema، حيث تفقدُ البطانةُ الداخليَّة للرئتين والأكياس (الأسناخ Alveoli) الهوائية مرونتها؛ وهذا ما يجعل من الصَّعب على الهواء أن يدخلَ ويخرجَ من الرئتين بسهولة وحرية، كما يُصبح تبادلُ الأكسجين بين الرئتين والهواء الخارجي صعباً. وفي الحالات المتقدِّمة، يؤدِّي توسُّعُ الأسناخ داخلَ الرئتين إلى مظهر الصدر البرميلي Barrel chest عند المصابين. ويمكن أن يحصلَ المريضُ في المراحلِ الباكرة على تَفْرِيجٍ سريعٍ بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد.

الفصل الخامس عشر

التَّحَسُّسُ الجِلْدِي (الأَرَجِيَّةُ الجِلْدِيَّةُ)

يُعَدُّ التحسُّسُ الجلدي Skin allergy هاماً للغاية، وهو يشتملُ على الكثير من الحالات التحسُّسية التي تتراوح بين الشَّرى Hives العادي أو المألوف والتهاب الجلد التَّأَنِّي Atopic dermatitis الشَّدِيد أو الإكزِيَمَة. وتَكُونُ الحالاتُ التحسُّسية ظاهرةً للمريض، وتسترعي المزيد من الانتباه عادةً أكثر من أيَّة مشكلة تحسُّسية أخرى. وعندما تزولُ ويعود الجلدُ إلى حالته الطبيعيَّة، تَكُونُ التَّنَائِجُ ملحوظةً ومثيرةً تماماً، وتُشعرُ المريضُ بالسُّرور، بحيث تبدو معالجة التحسُّس مثل المعجزة تقريباً. ذ

تتفاوتُ أعراضُ التحسُّس ما بين شخصٍ وآخر، وهي تعتمدُ على عددٍ من العَوامل: حالة الجهاز المناعي ودرجة إصابة الأعضاء والأجهزة والعمر ودرجة الوراثة. وهناك العديد من أنماط اختبارات التحسُّس التقليدية المتوفرة لكشف الأرجيَّات اليوم. وتُعَدُّ اختبارات نامبودرياد العضليَّة NTT أكثر اختبارات التحسُّس موثوقيةً وألفةً وأقلها كلفةً.

يبدو أن التهابَ الجلد التَّأَنِّي وراثيُّ الطبيعة؛ فالتهابُ الجلد التماسيُّ Contact dermatitis ينجم عن التماس الخارجي. يُستأرج ما عادة: الصُّوف، القطن، البوليستر، الأقمشة الأخرى، مواد التَّحْمِيل... إلخ. ويُعدُّ التهابُ الجلد التَّأَنِّي التهاباً جلدياً يُدعى الإكزِيَمَة Eczema غالباً، وهي تؤدي إلى تبقُّع الجلد مع ظهور طفح محمر مسطَّح، وأكثر ما يُصيب الطيَّات في الرقبة وخلف الأذنين والمعصمين والذراعين والمنطقة الأُرْبِيَّة والجلد خلف الركبتين وثنية المرفقين والإبطين؛ ويظهر على سطح العضلات المُثَنِّيَّة (الثانية) (التي تعمل على ثني الطرف أو جزء من الجسم)، وفي الأماكن التي يحصل فيها التَّخْرِيش (التَّهْيِج Irritation بسبب الاحتكاك؛ كما قد يظهر على أيِّ جزء من الجسم، لكنَّه يبدو دائماً تقريباً على واحدٍ أو أكثر من السُّطوح المُثَنِّيَّة (الثانية) Flexor surfaces.

لقد زالت الإكزيمة عني!

لقد أنت معالجك باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد إلى نتائج دينامية سريعة لدي؛ فإذا لم أفهم العلم الذي يقف وراء طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، فبقني أراه معجزة حقاً؛ فلقد كنت أعاني منذ طفولتي من الإكزيمة، وراجعت ممارسين علمين واختصاصيين في التحسس وفي الأمراض الجلدية على مدى سنوات، لكنني لم أخصن على الكثير من الشَّصن. وقد أخبرني اختصاصي الجلدية الذي زرتُه على مدى بضعة سنوات قلبية، والذي هو أستاذ مشارك في كلية الطب بجامعة محلية، أنه لا يوجد شفاء للإكزيمة، وتعلأ الكريمات (الرهيمات) والدهونات والأقراص الدوائية حقيقيتي. ولذلك، لم أَعُدْ أصاب بالإحراج عند المشي والتجول والطفح على جسمي، فالألم النفسي الناجم عن مشكلة مزمنة سيّوول، وليس علي أن أصلا جسمي بالألوية الموصوفة التي لا تفلح شيئاً سوى إخفاء الأعراض تحت قناع.

وأنا اعتقدُ حقاً أنك ستطلق ثورة في الطب المعاصر بمكتشفاتك. وقد حان الوقت للمجتمع الطبي كله أن يفتح عقله نحو فهم أكبر، وأن يبدأ بالتصدي للتحسس على أهم مستوى، أي الطاقة. إن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد ليست تهريجاً، بل هي طب الطاقة؛ وأنا أعيش شهادة على أعجوبة طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد؛ فلقد غير برنامجك العلاجي حياتي بطريقة هامة، ولذلك ممنّن لك. وأصل عملك الجيد، فمهمتك بلا شك ستغير العالم. ويذكر أنه عندما انتقلت المشكلة مؤخراً نحو أعفاتي ولم تنفع المعالجة بالكورتيزون بتاتاً، وصلت إلى مرحلة الاكتئاب التي قللتني في نهاية المطاف إلى عيادتك. ومن خلال جلستين من المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، زالت الإكزيمة لدي بنسبة 95 ٪، ولم أَعُدْ أحمل الكورتيزون معي.

عندما يحصل التهاب الجلد التأتبي عند الرضع، يُدعى الإكزيمة الطفلية Infantile eczema، أو "قرَف اللبن" (التهاب فروة الرأس)⁽¹⁾ Cradle cap. وتبدأ الإكزيمة الطفلية، كقاعدة، بعمر شهرين أو ثلاثة، وأوّل ما تبدو عادةً بشكل طفح على الوجنتين، وتكون محصورة في الكثير من الرضع بالوجه والفروة والرقبة. ولكن تنتشر عادةً إلى الذراعين والجذع والساقين، وقد تصبح مُعممة على كامل الجسم. وتتميّز الآفات الجلدية لهذه الإكزيمة بالاحمرار والبثور والطفح والتّجَلُّب

(1) قشرة مبيّة (نازّة) على رأس الوليد.

Crusting (ظهور الجُلَبَات أو القُشُور) وتنخُّن الجلد وتصلُّبه؛ وتتصاحب غالباً بحكَّة شديدة، لذلك يجب ربطُ يدي الرضيع أو تغطيتها بالقفازات لوقايته من الخدش. هذا، وتنجمُ الإكزيمة الطفليَّة عن الأَطعمَة؛ ولكن في مرحلة متقدِّمة من الحياة، قد تسبَّب موادُّ أخرى (غبار الطلع، العشب، الأقمشة... إلخ) الإكزيمة.

يمكن أن ينجم التهابُ الجلد التماسيُّ عن زيت الرضيع أو الصَّابون أو الشامبو أو الثياب أو الحفاضات Diapers أو منظِّفات الغسيل أو الماء أو مسحوق الطلُّق Talcum powder... إلخ. لقد جيءَ إلى عيادتنا بطفلة عمرها 6 أشهر تعاني من إكزيمة طفليَّة، وكان جسْمُها مغطىً بالكامل بالطَّفَح والقُشُور. وقد أحوالت البثور والقُشُور الناجمة عن الخدش الذاتي الطفلة إلى مظهرٍ مُخيف، وقد كانت يداها مَحْمِيَّتَيْن بقفازَيْن قطنيين، وقد كانت الأمُّ تَكسو طفلتها بلباس قطني أو شرشف قطني... إلخ. أُجريت اختباراتُ البديل Surrogate testing للتعرفُ إلى أنواع التحسُّس لدى الطفلة. وبما أنَّ اختبارات الطعام من قَبْل مُختَبَر التحسُّس المُحوَسَّب Computerized allergy tester أو آيَّة طَريقة أخرى لا يُعوَّل عليها عند الرضْع، لذلك تكون اختباراتُ البديل مفيدةً جداً. وقد أمكنَ التعرفُ إلى الأرجيَّات لدى الطفلة، وبدأت المعالجة. فتبيَّن أنَّ لديها تحسُّساً شديداً تجاه الفيتامين C والحليب والقطن والبوليستر. وخلال فترة قصيرة جداً، وبعد إزالة الأسباب، أصبحَ جلدُ الطفلة رائقاً وعادت طفلةً طبيعيَّة. وكانَ عَمُ الطفلة مُصاباً بالربو، وخالتها مُصابةً بالتهاب المفاصل وحُمَّى الكَلأ والشقيقة، ممَّا يدلُّ على وراثة تحسُّسية قويَّة.

أصيبَ رضيعٌ آخر عمره 6 أيام بطفح وشرى ضخم بعدَ العودة من المستشفى؛ وتفاقم الطفحُ كثيراً، وأصبحَ من الصَّعب وضعُ الحفاض أو آيَّة ملابس أخرى على جسْمه. وتبيَّن أنَّ الرضيعَ يتحسَّس لحليب الأم والقطن ومُستحضرات الأطفال؛ وقد شُفيَ جلدُ الطفل بشكلٍ ممتاز بعد المعالجة.

جيءَ بطفلة عمرها سنتين إلى العيادة ولديها حكة شديدة وشرى. وكانت الطفلة متحسَّسةً للسَّمك فقط. كما كانَ الوالدان صارمَيْن جداً، ولم يُطعما طفلتهما السَّمك، بل المُستحضرات (أغذية بديلة عن اللبن) فقط، ومع ذلك كانَ الوالدان يطبخان السَّمك كلَّ يوم تقريباً، وأدَّت رائحة السَّمك إلى التهاب الجلد.

حكة عمرها 14 سنة!

لقد عانيتُ على مدى 14 سنة من الحكة حولَ الجهة اليمنى من خصري، فأصبح الجلد دالِكاً في هذه المنطقة. وقد خضعتُ للاختبار بالنسبة إلى سرطان الجلد، وعولجت من المبيضة Candida والخمائر، وتعرضتُ لبرامج تنظيف من أنواع مختلفة على مدى سنوات من دون فائدة؛ وبدأت الحكة تنتشرُ إلى فخذي بدلاً من التحسن. وأخيراً، اكتشفت الدكتور ديفي، واختبرتي في عيانتها تجاه الضربط المطاطي، ووجدت أنه هو السبب في مشكلتي. وبما أنني لم أكن متحسّساً للكثير من الأطعمة، فقد عالجتني تجاه الأنسطة المطاطية في أول زيارة؛ يا للفرج الذي حصلت عليه من أول علاج! ومنذ ذلك الحين، لم تُد الحكة نوردي!

اشتكت فتاة عمرها 10 سنوات، على مدى سبع سنوات، من حكة جلدية شديدة متحسّفة على ظهر كلتا الرأحتين؛ وكان قد جرّب والدها العديد من الأطباء والأدوية المختلفة لإيجاد بعض التحسن للمشكلة؛ وقد تبين أن لديها تحسّساً تجاه بياض البيض، وخضعت لسبع معالجات بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد للتخلّص منه؛ ولم تُطعم البيض، لكنّ البيضَ يوجد في ضروب مختلفة من المواد الطعامية: المايونيز وصلصة السلطة والحلويات، وحتى في بعض الشامبوهات. وفي نهاية الجلسة، شُفيت يداها.

كانَ رضيعُ عمره 3 شهور يُعاني من "قرف اللّبن" (التهاب فروة الرأس) الشّدِيد وحكة وطفح على مناطق مختلفة من الجسم؛ وتبيّن أن هذا الرضيع متحسّس لحبّز الحنطة الذي تأكله أمّه يومياً، ممّا أدّى إلى الحكة على كامل جسمه. لقد كانَ الطفلُ متحسّساً للحنطة، وتعرّض لها من خلال حليب الأم. هذا، وتختفي الإكزيمة الطفلية في معظم الأحيان بعد عمر ثلاث سنوات. ويمكن أن تحصل المظاهر التحسسية من وقتٍ إلى آخر عند التعرّض لمُستأرجات أخرى مختلفة.

كانت إحدى المريضات تتحسّس لشطيرة زبدة فستق العبيد التي تصنعها لولدها يومياً. وقد ظهرت لديها أتلأم أو شقوق عميقة في راحتي يديها لمجرّد تعاملها مع زبدة الفستق. ولكن بعد معالجتها تجاه الفستق بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد NAET، شُفيت يدها في غضون 24 ساعة. كما اشتكت امرأة

بِعمر 64 سنة من طفحٍ شديدٍ وحكةٍ في يدها، وحدثت لديها عدّة جروحٍ مَفْتُوحَةٍ نازرة. وعند استجوابها، تبَيَّنَ أنَّها قد اشترت خرطومَ ما قبلَ يومين، وهو ما أدَّى إلى التهاب الأدمة لديها.

يُعَدُّ الكحولُ عاملاً آخر يميل بشدّة إلى التَسبُّب في التهاب الأدمة؛ وقد عانى رجلٌ عمره 50 سنة من التهاب الجلد التماسي والتهاب الأنف ومن سُعال جاف خفيف على مدى 8 سنوات، وراجعَ طبيباً في الأمراض الباطنة وبضعة اختصاصيين في أمراض الجلد وطبيبَ في الرئة Pulmonologist في الماضي، لكنّه لم يتلقَ ما يكفسي من المساعدة من أيّ منهم. وقد أظهرت اختباراتُ نامبودرياد العضليّة في عيادتنا أنَّ مشاكله كانت متعلّقةً بشيء ما كان يشربه يومياً على مدى 8 سنوات؛ كما أظهرت قصّة الرجل أنّه كان يتناول كأساً من الكحول كلَّ ليلة مع عشاءه. "منذ متى وأنت تشرب الكحول مع العشاء؟"

توقّف للحظة ليستجمع ذاكرته، وقال: "ثماني سنوات بالضبط. لقد أصبتُ بالنوبة القلبيةّ للأوّل مرّةً قبلَ ثماني سنوات، ونصّحني طبيبُ القلب أن أشرب كأساً من الكحول كلَّ ليلة مع العشاء، واتبعتُ أوامره بدقة".

لقد كان الكحول جيّداً لقلبه⁽¹⁾، لكنّه لم يكن كذلك بالنسبة إلى بقية جسمه، إذ كان مُتَحَسِّساً للكحول، وقد أصابَ خطُّ رتته وأمعائه الغليظة، وأدّى إلى مشاكل جلديّة ورثويّة. وبعدَ معالجته من الكحول، اختفت مشكلته، ولم تُعدْ من جديد.

من السّهْل تحريضُ أي نوع من التّفاعُل التحسّسي بأيّ نوع من المواد. ولذلك، من الأفضل أن تتعلّم الاختبارَ قبل أن تشتري الثياب أو المُستلزمات من البقالة أو آية أشياء أخرى. وحتى إذا عولجت تجاه الكثير من الأشياء، يمكنك أن تستجيب لمواد لم تُعالج منها؛ فإذا تناولت هذه المواد بالصدفة ولم تكن قد عولجت بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد أو بوسائل أخرى، فقد يستمرّ التفاعل 3 إلى 20 يوماً وسطياً. كما يمكن أن تستمرّ الأرجيّات الناجمة عن ابتلاع المواد عدّة سنوات في بعض الحالات الشديدة جداً.

(1) حسب رأي المؤلفّة، لكنّ الطبَّ لا يقرُّ بذلك حالياً (المترجم).

تناولت فتاة عمرها 9 سنوات صنفاً خاصاً من زبدة الفستق، فحدث لديها تفاعل تحسُّسي تجلَّى بنفضات غير إرادية في الجسم Involuntary body jerks. وبعد ثلاث سنوات، عندما أمكن إيجاد العينة الدقيقة لزبدة الفستق ومعالجتها، اختفت هذه النُّفضات؛ وهذا يشيرُ إلى أنَّ التفاعل التحسُّسي يمكن أن يبقى ضمنَ الجسم لفترة غير محدودة، مع أنَّه يزولُ خلال 21 يوماً على الأكثر في معظم الحالات.

اشتكت امرأة عمرها 34 سنة من طفح تحسُّسي (أرجي) شديد على كامل وجهها ورقبتها وكتفها وقرورة رأسها بسبب صبغة الشعر التي تستعملها. وبعد المعالجة، أصبح بمقدورها استعمال صبغة مماثلة للصبغة السابقة من دون أية مشاكل؛ ولكنه كانت ستصادف مشاكل إذا استخدمت أنواعاً أخرى من الصبغة.

كانت فتاة عمرها 7 سنوات تُصاب بالطفح كل شتاء، فقد كانت متحسِّسةً لبِدلة العرق التي كانت ترتديها. كما كان على مصفِّفة شعر عمرها 37 سنة أن تعمل وهي مرتديةً لقفازين قطنيين على مدى 4 سنوات بسبب طفح جلدي نازٍ وشديد في يديها، إذ كانت متحسِّسةً للماء في المنزل الذي انتقلت إليه قبل 4 سنوات؛ كما كان ربَّةُ منزلٍ أخرى تستعمل الليمون الطازج لتنظيف فضيَّاتها، وأُصيبَت بالتهاب الجلد في كلتا يديها، إذ كانت متحسِّسةً للليمون. وكان أحدُ الكتاب، وعمره 46 سنة، مصاباً بإكزيمة على يده اليمنى، وتبيَّن أنَّ لديه تحسساً تجاه قلم الفولاذ المقاوم للصدأ الذي كان يستعمله.

ولم يستشِرْ رجلٌ آخر، عانى من أوَّل هجمة إكزيمة وهو عمر خمس سنوات، أيَّ اختصاصي في التحسُّس إلى أن بلغ من العمر 46 سنة، حيث كان جسمه بالكامل في ذلك الحين مغطى بالتهاب الجلد التأتُّبي الذي أصبح مُزمناً ومتخففاً بشدَّة ومشوهاً للجلد بندبات قد تكون دائمة؛ فخلال فترة 40 سنة، انتشرت الإكزيمة شيئاً فشيئاً على كامل الجسم، وتضاعفت بحمى الكلا والربو. وخلافاً لبعض حالات التهاب الجلد في الطفولة، لم تنقص الأعراض عند دخول سن البلوغ، بل بقيت موجودةً على الدوام، وازدادت شدَّتها بالتدريج.

وعندما استشار اختصاصياً في التحسُّس (الأرجية) في نهاية المطاف، خضع للاختبار وتبيَّن أن لديه تحسُّساً تجاه عدد من الأطعمة وغبار الطَّلَع ومواد مُستنشَقة أخرى (ظهارة الحيوانات، غبار الطَّلَع، الغبار)، فضلاً عن الأدوية التي كان يستعملها عن طريق الفم وبالتطبيق الموضعي. وبعد أن جرَّبَ معالجات التحسُّس التقليدية من دون نتائج إيجابية، قدَّم إلى عيادتنا، فعولجَ تجاه مختلف الأرجيات الطعامية والأقمشة والمواد البيئية، وأظهر تحسُّناً ملحوظاً في حالته. ولكن، كانت السندبات عميقة جداً ومستديمة بحيث قد لا يعودُ جلده إلى حالته الطبيعية لمدة سنين، حتَّى وإن شُفي من الأعراض تماماً. وهذا مثالٌ على الأعراض المهملة التي يستحيلُ تصحيحها تقريباً. ولو أن هذا المريض استشار اختصاصياً في التحسُّس، وتلقَّى المعالجة الصحيحة ضد التحسُّس قبل أن أصبحَ التهابُ الجلد شديداً جداً، لكان شفي تماماً من دون ترك أية ندبات.

يُعَدُّ كلٌّ من السُّمَّاق السَّامّ Poison ivy والبُلوط السَّامّ Poison oak مثالين مدرسين (كلاسيكيين) عن المُستأرجات التي تسبِّب التهابَ الجلد التماسي؛ فالاستجابة لهاتين التَّبتَّين هي تحسُّس (أرجية) فعلي، لأن التفاعل تجاههما لا يحصل عند أيِّ شخص، كما أن التماسَ المديد معهما لا يسبِّب تفاعلات تحسُّسية مراراً؛ في حين أن تماساً واحداً يكفي لإحداث التحسُّس عند أفراد آخرين.

سافرت امرأة في إجازة إلى منطقة جبلية، وقد تعرَّضت خلال وجودها هناك إلى التماس مع البُلوط السَّامّ، ممَّا أدَّى إلى حصول تفاعلٍ جسيمٍ لديها، حيث اشتكت من حكة شديدة ونفطات Blisters وشرى على كامل جسمها؛ فذهبت إلى أقرب قسمٍ للطوارئ، وأُعطيَت حقناً من الكورتيزون ومضادات الهيستامين، واستمرَّ ذلك على مدى عشرة أيَّام.

ولكن، بقيت الحكة بشكلٍ شديد، ولم تحصلَ على أيِّ تحسُّن بمضادات الهيستامين عندما جيءَ بها إلى عيادتنا؛ وبعدَ جلستين من العلاج، لم تُعَدَّ تشعر بالحكة أو الأذى، ثُمَّ زالت الآفاتُ في غضون بضعة أيَّام. ولكنَّها أخطأت في خدش تلك النفطات التي كانت تنزُّ لُمفاً (سائلاً لمفياً)، لذلك أُصيبَ جلدها بالعدوى؛ وكانَ عليها أن تستعمل البنسيلين للوقاية من العدوى حتَّى بعد أن

شُفيت من التحسُّس تجاه البُلوط السَّام. هذا، وينبغي الانتباه إلى حالات العَدَوَى الثانويَّة، لأنَّها قد تكون مميَّتة في بعض الحالات؛ فالسَّببُ الأوَّلِي قد يكون التحسُّس، لكن إذا لم يُنتَبَه إلى الأمر، تسيطر العَدَوَى الثانويَّة حتَّى وإن زال السَّببُ الأوَّلِي، ويكون التعاملُ معها ضرورياً أيضاً إلى أن تُعالج.

هناك الكثيرُ من الناس الذين يَتَحَسَّسون تجاه ما يستعملون من المجوهرات والذهب والتَّيكل وغير ذلك من المعادن؛ فقد أُصِيبَت امرأةٌ عمرها 39 سنة بالربو نتيجة دَهون التنظيف الذي تستعمله لتنظيف المجوهرات في عملها وتجارها؛ كما أُصِيبَ جواهريُّ بالتهاب الجلد التماسي بسبب حمض السُلفوريك Sulfuric acid الذي يستعمله كعاملٍ تَنظِيف، وكان عليه أن يرتدي قُفَّازين على الدَّوام لأنَّ كلتا يديه كانت مُصابةً بجروح عميقة.

عائى سيمون Simon، البالغ من العمر 7 سنوات، من مشكلة جلديَّة بدت غريبةً منذ أن كانَ في الشهر التاسع من عمره؛ فقد كانت الحكة تملأ جسمه بالكامل على الدَّوام، حتَّى وهو نائم. وتشكَّلت نَفَطاتٌ جديَّة على كامل جسمه، لا سيَّما على يديه وساقيه ووجهه كلَّ يومين، وتحوَّلت إلى بثرات تُتْرَقِيحاً ولِمْفاً ودماً قبل أن تستحيلَ إلى جُلَبات (قُشُور) Scabs؛ وفي ذلك الوقت، كانت مجموعةٌ أخرى من النَفَطات والبثرات في طريقها للظهور. وشوهد هذا الولد المسكين في منتصف إحدى دورات النَفَطات والبثرات والجُلَبات الحاكَّة. فأخذه والداه اليائسان إلى كلِّ طبيب واختصاصي في أمراض الجلد في البلدة، وإلى كل اختصاصي سمَّعوا عنه في أوروبا والولايات المتحدة؛ واستعملَ سيمون الكثيرَ من أنواع المضادَّات الحيويَّة والمعالجات المفرطة بالفيتامينات والحموض الدهنيَّة والحموض الأمينيَّة، كما خضع لإزالة التسمُّم بالزئبق Mercury detoxification والطُفيلِيَّات Parasite detoxification والخمائر والمبيضة Candida، ولبرامج مكثَّفة في تنظيف الكبد والقولونات (الأمعاء الغليظة)، وأكلَ أنواعاً خاصَّة من السكر، والتوابل والنظام الغذائي الخالي من المواد الكيميائيَّة ومبيدات الحشرات. ورغم كل هذه المحاولات، استمرَّت دوراتُ النَفَطات والبثرات والجُلَبات الحاكَّة IBPS cycle.

وأخيراً، أُحيلَ إلينا عبر إحدى عيادات إزالة التسمُّم Detox clinics؛ فتبيَّن من خلال اختبارات نامبودرياد العضليَّة أنَّه كانَ متحمِّساً لأحد الأقمشة الذي كانَ على تماسٍ معها يومياً، وأدَّى هذا القماشُ إلى مشكلته الجلديَّة؛ وقد جلبَ والداه عينةً من جميع الأقمشة المختلفة التي كانَ ولدهما على تماسٍ معها. وكانت قطعةً من القماش مائةً شبه مخمليةً من إحدى الأرائك في غرفة جدِّته، حيث انتقلت إلى الإقامة مع العائلة عندما كانَ الولدُ بعمر 9 سنوات، وأقامت في إحدى غرف التَّوَم المجاورة لبيت العائلة في الحيِّ نفسه. وكانت قد نقلت أريكتها القديمة إلى المنزل؛ وكانت تعني بالولد عندما يذهب والداه إلى العمل، لذلك كانَ على تماسٍ مع الأريكة على مدى عدَّة ساعات يومياً. وعندما عولجَ بنجاح تجاه الأريكة (استغرقَ ذلك 18 يوماً للتخلُّص من التحسُّس)، شُفيَ جلده؛ ولم يعدَّ يعاني من دورات النفطات والبثرات والجُلَبات الحاكَّة IBPS cycle.

عائى مريضٌ آخر عمره 44 سنة، كانَ يعمل كمزَّين للشعر على مدى 20 سنة، من مشكلة عدوى شديدة بالخمائر؛ وقد تبيَّن أنَّ لديه تحسُّساً لشعر الإنسان. كما أُصيبَ مريضٌ بحالة غير مألوفة من التهاب الجلد الذي أصاب ذراعيه فقط بسبب التحسُّس تجاه أحد الأقمشة. وبعد استقصاء شامل، تبيَّن أنَّ الصوف الخاص الذي كان يستعمله لتنجيد كرسيه المفضَّل سبَّب التهابَ الجلد لديه.

يُعدُّ الفراءُ Fur مسؤولاً عن التهاب الجلد التماسي غالباً، ومن الأرجح أن يؤدِّي الفراء المصْبُوغ بشكلٍ خاص إلى هذا النمط من التفاعل التحسُّسي. هذا، وقد أُصيبت إحدى النساء بالتهاب الجلد على وجهها ورقبتها في البداية، ثُمَّ انتشرَ على كامل جسمها في نهاية المطاف؛ وقد كانَ ناجماً عن الصبغة الموجودة في فراء معطفها.

يُضافُ إلى الجوارب مادةً قلويَّة Alkaline substance أحياناً، تُسبِّب استجابة تحسُّسية عندَ معظم الأشخاص المُتَحسِّسين. وعندما تكونُ هي السَّبب في التهاب الجلد، يؤدِّي الغسلُ إلى جعل الجوارب غير ضارَّة عادةً. ولكن عندما يكون التهاب الجلد ناجماً عن مادة اصطناعيَّة ما، مثل تلك المستعملة في صناعة جوارب التَّايْلون والحرير الصُّناعي، فلا بدَّ من بحث جيِّد لكشف السَّبب. كما قد

ينجم التَّمَطُّ نفسه من التهاب الجلد التماسي عن أنواع مختلفة من الثياب المصنوعة من القطن أو الصوف أو الحرير أو المواد التركيبية.

يَكُونُ السَّبَبُ في التهاب الجلد التماسي Contact dermatitis غير مألوف أحياناً، بحيث لا يُصدَّق تقريباً، كما في حالة رجل أُصيب بالشَّرَى على يديه عندما لعقهما كلبه. كان متحسّساً للعب كلبه. ولكن لم يسبب شعْر الكلب مشاكل له. وقد أُصيب مدير تنفيذي في شركة كبيرة بالتهاب الجلد حول فمه وعلى يده اليمنى، وكان هذا الشخص يمضي ساعات عديدة يومياً وهو يتكلّم عبر جهاز أوامر Dictating machine. وقد تبين أن لديه تحسّساً تجاه المادّة البلاستيكية للقطعة الفمويّة للجهاز والتي كان يمسكها بيده اليمنى ويضغطها على وجهه.

أصبحت أمانة مكتبة تتعامل مع الكتب القديمة باستمرار بالتهاب جلدي في يديها، وتبين أنها كانت متحسّسة للصمغ المصنوع من منتجات السمك. كما يكون عمال الطباعة حسّاسين غالباً لتَمَطِّ معيّن من الطلاء الرذاذي الذي يستعمل لتجفيف الأخبار بحيث لا تؤدّي إلى التلطيخ. كما يكون التحسّس للرزاد غير الاستنشاق أحياناً، أو عبر التماس أحياناً أخرى. ويمكن أن تفرض تجارة الشخص أو مهنته أو عمله أو اختصاصه التماس مع ضروب مختلفة من الأصبغة أو المواد الكيميائية أو الصّوامين أو المنظفات أو المبيّضات أو النباتات أو الأزهار أو الأَبْصَال Bulbs أو الأخشاب أو الأقمشة أو الأثاث الخشبي الملّمع أو الطّبيعي أو الثياب أو الأطلية أو المطاط المُكَبَّرَت أو الأطعمة أو الزيوت أو الدهون أو الخمائر أو المعادن أو الأدوية أو المصقّلات المعدنية Metal polishes أو السيلوليد Celluloid أو الفورمالين أو مواد التّجميل (المزوّقات) أو العطور، وغير ذلك من مواد لا حصر لها.

قد يصبح الحبّازون متحسّسين للدقيق (الطحين) والسكر وزيت النّحيل أو بزور القطن، في حين من الأرجح أن يكون الحلاقون بتماس مع الكينين Quinine والريزورسين Resorcin والزيئبق السلفور (الكبريت) في مقويّات الشّعر. ويصاب أطباء الأسنان بالتهاب جلدي شديد أحياناً بسبب المبتّحات Pain deadeners. كما يكون المتعاملون مع المبيدات الحشرية Insect exterminators على تماس مع بعض المواد الكيميائية، مثل الأرسينيك (الزّرنِخ) والفورمالين وكلوريد الصوديوم

والبيرثروم Pyrethrum، وهي تُستخدَم في المِرشَّات ومبيدات الحشرات. ويتعرَّضُ العاملون في صناعة السجَّاد والفراء للتماسٍ مع الزَّرنيخ وبارافينيل الإيثيديامين Paraphenyl enediamine، وهما يُستعملان في معالجة الفراء وصبغه، فضلاً عن معالجة بشرة (قشرة) الحيوانات Animal dander. ويكون البستانيون (العاملون في البساتين) Gardeners على تماسٍ مع أنواعٍ مختلفةٍ من النباتات والزَّرنيخ والنِّيكوتين ومبيدات الحشرات والكلس والمُخصِّبات. ويتعاملُ الجوهرِيُّون Jewelers مع السيانيد وحمض السُّلفوريك (الكبريت). كما تكونُ الممرِّضاتُ على تماسٍ مع البيكلوريد Bichloride والفورمالين والكحول الطَّبِّي ومع أنواعٍ مختلفةٍ من المطهِّرات والأدوية. ويستعملُ الدهَّانون Painters التَّربنتين Turpentine ومزيل الورْنيش (الطلاء) والورنيش والأصباغ وزيت الكَثَّان وأصبغة الأنيلين والرَّصاص الموجود في الدهَّان. ويكونُ عمَّالُ الطباعة على تماسٍ مع الزَّرنيخ (الأرسينيك) والملوَّات الصناعية والهيدروكربونات في الحبر، فضلاً عن الورق والرَّصاص والمركَّبات المختلفة المستعمَلة في تسريع جفاف الأخبار. ويتعاملُ الرِّجالُ العاملون في صناعة الدِّباغة مع البيكرومات Bichromate وحمض الهيدروكلوريك Hydrochloric، فضلاً عن جلد الحيوانات. وهناك مئات الأشخاص الذين قد تَوَدَّي تجارتهم أو مهنتهم أو اختصاصهم إلى جعلهم على تماسٍ مع مُستأرجاتٍ مختلفة.

يمكن أن ينجمَ التَّمطُّ الحاد من الشَّرى Urticaria (طفح جلدي مفاجئ) عن الأطعمة، مثل الفراولة والأنواع الأخرى من الفريز والثَّوت والذرة والشَّمَام Cantaloupes والخوخ والسَّمَك والمحار. أمَّا النمطُ المزمن، الذي يستمرُّ أكثر من عدَّة سنوات أحياناً، فأغلبُ ما ينجمُ عن بعض الأطعمة الأساسية، مثل البيض والحنطة والحليب والبرتقال والشوكولاته والبصل وغير ذلك من الخضار. ويُعدُّ المحارُ مسؤولاً عن أكثر أسباب الشَّرى؛ وقد كانت هذه حالة رجل شاب كان مولعاً جداً بالسَّمَك، لكنَّه أُصيبَ بتورُّمٍ شديدٍ في وجهه وحلقه بعد أكله السَّمَك مباشرةً، ثُمَّ اشتكى من طفحٍ شديدٍ على كامل جسمه في غضون ساعات قليلةٍ من تناول السَّمَك. وقد عولجَ بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET، وهو الآن يأكل السَّمَك كلَّ يومٍ تقريباً من دون أيَّة مشاكل.

منشفة الحمام القطنية سببت تساقط شعري!

عندما عانيت من تساقط شعري مؤخرًا، اقترحت الدكتورة ديفي أن أخضع للاختبار تجاه مناشف الحمام القطنية، وقد كنت متحمسة لها. وبعد المعالجة، لاحظت ظاهرة غريبة؛ ففي الماضي، كنت أفقد الكثير من الشعر في كل مرة أغسل فيها شعري؛ وفي أول صباح غسلت فيه شعري بعد 25 ساعة من المعالجة، لم أفقد شيئاً من الشعر تقريباً! وأنا متأكدة من أن ذلك كان نتيجة للمعالجة تجاه المنشفة القطنية.

كما عانت امرأة أخرى من الشرى على وجهها، ومن شقيقة شديدة بعد أن أكلت؛ وقد تبين أن لديها تحسُّساً تجاه جميع الأطعمة والأقمشة تقريباً. وعندما تلقّت المعالجة تجاه معظم الأطعمة الأساسية، لم تتخلص من الصّداع والشرى فحسب، وإنما من التحسُّس تجاه الأقمشة أيضاً، ومن دون أية معالجات أخرى. كما كانت فتاة، خاضعة للمعالجة من حمى الكلاّ والربو، تتعرّض أحياناً لنوبات من الوذمة الوعائية العصبية Angioneurotic edema؛ ومن بين الأطعمة التي كان تحسُّسها لها الدجاج الرومي. وبعدَ عشاء الشُّكر Thanksgiving dinner، كانت تُصاب بأسوأ نوبة من الوذمة الوعائية العصبية سنوياً. وقد عولجت تجاه الدجاج الرومي، ولم تُعدّ تعاني من النوبة المألوفة بعدَ عشاء الشُّكر السنوي.

التحسُّس لمواد التجميل

لقد كنتُ على الدوام حساسة جداً لأيّ رهنيم (كريم) أو مكياج أو دهونات أو شامبو أو مرطب... إلخ؛ وكان جلدي يُصاب بالحروق ويُصبح ملطخاً بالأحمر عندما استعملتُ حتى المنتجات القليلة التحسيس Hypoallergenic products. كما كان الجلد حول عيني يُفقد متورماً ومنشفاً، وأعاني من حكة لا تُطاق، لا سيما حول جوارب أنفي، وأدخل أحياناً في نوبة من العطاس تتركني محمرة ومزكومة، مع التهاب متكرر في الحلق. وقد راجعتُ أطباء مختلفين واختصاصيين في الأمراض الجلدية بسبب الحكة الشديدة وغيرها من مثل هذه المشاكل. وكانت الملاحظات هي نفسها إذا كانت هذه هي مشاكلك فقط، فلا تقلق بشأن ذلك. وقد اختبرتُسي الدكتورة ديفي منذ سنة ونصف تجاه جميع الأرجيت الأساسية، وتجاه اللانولين Lanolin وصوف الغنم؛ ويُسعملُ اللانولين المشتق من صوف الغنم في العديد من مواد التجميل (المزوقلت)؛ كما كان عليها أن تعالجني من بعض المكياجالت النوعية؛ وأصبحتُ شيئاً فشيئاً قادرة على استعمالها من دون أية تفاعلات (ردود الفعل).

تشتمل الأمراض الجلدية الأخرى، التي يُعرفُ عنها بأن لها عاملاً تحسُّسياً (أرجحياً) مُساهمًا، على كَثَوِيَّةِ الجِلْدِ Dermographia والعُدُّ (حب الشباب) Acne والحِكَّةُ والصَّدْفِيَّةُ Psoriasis. هذا، وقد كانَ لدى امرأةٍ عمرها 27 سنةً صدفيةً شديدةً منذ 10 سنوات، وكانت تعملُ كمصفِّفةٍ شعرٍ في مكانين مختلفين، مما جعلها تعمل سبعة أيامٍ في الأسبوع. ولم يكن لديها متسعٌ من الوقت لتطبخ؛ وبما أنَّها كانت نباتيةً Vegetarian، كانَ غذاؤها اليومي شطيخةً من الجبن. وقد تبيَّنَ أنَّ لديها تحسُّساً تجاه مُنتجات الحليب، وشُفِيَت الصدفيةُ لديها عندما عولجتَ تجاه مُنتجات الحليب هذه.

يشفى العُدُّ (حبُّ الشباب) بالتغذية الجيدة بعدَ معالجة الأرجيَّات تجاه الفيتامين C والسكر والشحوم والنشاء والحديد والزنك والفيتامين A. ينجمُ العُدُّ الورديُّ Rosacea Acne بشكل رئيسي عن وجود عائقٍ في الطَّحال. وتشتملُ العواملُ المسيئةُ فيه عادةً على مركَّب الفيتامين B والحُبُوب والذرة والسكر والكحول والدهون والمُرمونات ومستحضراتها.

الجرب Scabies

أُصِبتُ في شهر آذار/مارس 1997 بنوعٍ من القنذلة⁽¹⁾ (بمنزوع الغُث) Chigger، وقد تركَ ذلك آثاراً لساعاتٍ على ظهري سائلي. واعتقدتُ أنَّ مصدره هو ركوب الخيول، لأنَّه حدث للمرأة الثانية بعدما كنتُ قريباً من الخيول.

لذلك، عندما كنتُ في بداية أيار/مايو 1997، بدأتُ بالحكة هنا وهناك في جسمي من دون وجود طفح، واعتقدتُ أنَّني أُصِبتُ بقمل الجسم Body lice، وشعرتُ وكأنَّ شيئاً ما يزحفُ عليّ، لكنِّي لم أكنَ أرى شيئاً. ولم لاحظَ طفحاً أو علاماتٍ لمنع حتى في أثناء الحكة.

تصلُّ بي لأحد أصدقائي الأطباء من خارج الولاية، وسألني عن حالتي، فأخبرته بأنني مضطربةٌ وأُعاني من شيءٍ ما كالقمل أو المئوس أو القنذلة أو... إلخ؛ وعلمتُ بأنَّ لديَّ شيئاً ما، لأنَّني أشعرُ بشيءٍ يزحفُ على جسمي. كما أخبرته بأنني أُصِبتُ بشيءٍ ما تركَ لساعةٍ على جسمي في آذار/مارس، فاقترحَ عليَّ صديقي الطبيبُ أن يكونَ لديَّ ما يشبه "الجرب" بالتحديد، وطلبَ مني أن أبتاعَ دواءً من دون وصفةٍ يُدعى "NIX"، وهو خلصٌ بالقمل والجرب والمئوس.

(1) يَرَقَاتُ عُثٌّ مِنْ جِنْسِ الحَطَمَاءِ.

اغتسلت بالشامبو، ورششت السجّاد والأثاث في بيتي ببخاخ القمل؛ وكنتُ خلال ذلك أعاني من تفاعل كبير يومياً، ولم أستفد شيئاً، لا من الشامبو الخاص بالقراد والقمل أو عقار 'NIX'؛ واعتقدتُ أنّ هذه الأشياء يجب أن تكون عميقة في السجّاد والمفارش. لذلك، اشتريتُ أغطية بلاستيكية للمفارش، ورششتُ الأرض بمبيد حشري يدعى ريبيل Repel ابتعته من صيدلية، حيث ورد على اللصاقة الموجودة عليه أنّه يمكن رشه على الجسم؛ كما استعملتُ ذلك الدواء على السجّاد والأثاث معتقداً أنّي سأتلخّص قطعاً من الحكة.

ثمّ فكرتُ بالذهاب إلى الدكتورة ديفي نامبودرياد. وذكرتُ لها مشكلتي المزمنة، وعولجتُ في البداية بالنسبة إلى الأرجيات الرئيسية لديّ، بما في ذلك مبيدات الحشرات والفوارض ومزيج الحشرات ومواد التجميل والكثير من المستلزمات البنيّة قبل سنة. وخلال التقييم، قالتُ لي: "ليس لديك جرب أو قراد Tick، إنّما هناك مشكلة فيما تأكله". لكنني لم أكل أيّ شيء أو أغر عاداتي الطعميّة منذ معالجتها لي قبل سنة.

هل بدأتُ بمعالجة جديدة بالفيتامينات؟ فقلتُ لا؛ ولم أبتاع أيّة فيتامينات جديدة؛ فطلبتُ مني أن أنتظر في "غرفة التفكير Thinking room" لبضع دقائق وأن أفكر بوضوح. وكان لديها غرفة هادئة مظلمة بجوار مكتبها، حيث تجعل المرضى ينتظرون لبضع دقائق لينعشوا ذاكرتهم ويتذكروا الأحداث الماضية، مثل هذا الحدث. بقيتُ هناك بضع دقائق، فخطر ببالي أنّ شيئاً ما قد يكون موجوداً في فيتامين "NutriWest"، وهو الفيتامين الوحيد الذي استعملته، حيث كانت عندي ثلاثة فيتامينات قبل 3 سنوات، وقررتُ استعمالها.

ذهبتُ فوراً إلى البيت، وجلبتُ جميع الفيتامينات التي تناولتها مع فيتامين "NutriWest". وقد بيّنتُ اختباراتُ الدكتورة ديفي أنّ لديّ تحسّساً تجاه فيتامين "NutriWest"، ونصحني بالبقاء بعيداً عنه لمدة أسبوع، وبالعودة خلال أسبوع مع حاوية الفيتامين نفسه. وبمجرّد توقّفي عن استعمال هذه الفيتامينات (التي كانت غنيّة بالفوائد وباهظة الثمن)، توقّفتُ الحكة لديّ بنسبة 90٪ تقريباً خلال يومين.

وفي الأسبوع التالي، ذهبتُ إلى الدكتورة ديفي مخضراً حاوية الفيتامين، فعالجتني تجاه الفيتامين، وعدتُ إلى حياتي الطبيعيّة من جديد. وتعلّمتُ أنّه ينبغي ألاّ يقيم المرءُ على استعمال شيء، حتّى الفيتامين NutriWest العظيم، من دون التحقق من وجود تحسّس تجاهه.

عولجت ماي May البالغة من العمر 49 سنة من العُدِّ الوردي، وأظهرت تحسُّناً كبيراً؛ وفي أحد الأيام، قدمت إلى العيادة شاكياً من عُدِّ كبير على جسمها. فقد تفاعلت تجاه النهَّاش الأحمر⁽¹⁾ Red snapper الذي كانت تأكله 10 - 12 مرَّة في الأسبوع لتنظيف دمها، وهذا ما نصَّحها به أحدُ الخُبراء في الطبِّ؛ وقد عولجت من هذا السَّمك، وشُفيت من الشَّرَى.

يجب أن يكون لديك قدرة جيِّدة على الكشف حتَّى تجدَ المُستأرج المسبِّب لآيَّة مشكلة خاصَّة لديك؛ فالتعرُّفُ إلى المُستأرجات هو أصعبُ جزء، وتكون المعالجةُ سهلةً نسبياً. كما أنَّ المظاهرَ التحسُّسيةَ المختلفةَ في الجلد هامةٌ للغاية، بسبب تأثيرها في حياة المريض؛ فأَيُّ شخصٍ يُصابُ بتندُّب أو تقشُّر أو توهُّد في الجلد، يصبح معاقاً اجتماعياً واقتصادياً. ولذلك تجلب إزالةُ التحسُّس آملاً جديداً لقسمٍ كبير من الناس، وتعدُّ بالتحسُّس من الاضطرابات الجلديَّة التحسُّسية المُزمنة التي كانت تُعدُّ ميثوس منها.

(1) سمكٌ بحري ضخم.

الفصل السادس عشر

التَّحْسُّسُ (الأَرَجِيَّةُ) والمَفَاصِلُ

يمكن أن يُصيبَ التحسُّسُ المفاصلَ، مثل أيِّ جهازٍ آخر؛ وتُذعَى الاضطراباتُ المفصليَّةُ التهابَ المفاصل Arthritis. والتهابُ المفاصل مرضٌ وراثي، يتَّصفُ بالتهاب في المفاصل الصَّغيرة والكبيرة، ويتصاحبُ بالُم غالباً. وتشتملُ المفاصلُ التي تُصابُ عادةً في الجسم على أعلى الظَّهر وأسفل الظَّهر ومنتصف الظَّهر (جميع المفاصل الفقريَّة Vertebral joints) والركبتين والكفين والأصابع والأباجيس (أصابع القدم) والكاحلين والمفصَّمين والمرفقين والوركين والمفصليين الصُّدغيين الفكين (Temporo-mandibular joints (TMJ) والرقبة.

ويُعَدُّ الكثيرُ من أمراض التهاب المفاصل من الاضطرابات المناعيَّة الذاتية⁽¹⁾ Autoimmune disorders. كما أنَّ معظم الاضطرابات المناعيَّة الذاتية معتمدةٌ على التحسُّس (الأَرَجِيَّة). وعندما تكون متحسِّساً لأشياء في داخلِك (مثل الأطعمة والأشربة والنياب... إلخ) وحولك (الأقمشة، المواد الكيميائية، الأثاث... إلخ)، يبدأ جسمُك بإظهار الاستياء من خلال نُشوء أنماط مختلفة من الأوجاع والآلام والانتزاع في الجسم. واستناداً إلى خصائص أعراض هذه التفاعلات التحسُّسية والإصابة التَّسبيجيَّة، تُطلَق على هذه الأعراض أسماءٌ طبيَّة معيَّنة مثل الفُصالِ العَظَمية Osteoarthritis والتهاب المفاصل الرُّثياني Rheumatoid arthritis والتهاب المفاصل الصُّدافي Psoriatic arthritis والتهاب المَفْصِلِ الذَّنْبِي Lupus arthritis ومُتلازِمَةُ شُغْرِن Sjogren's syndrome... إلخ؛ فإذا تَعَقَّبْنَا المُسْتَأْرَجَ أو المُسْتَأْرَجَاتِ في هذه الحالات، يمكن التخلصُ من الأَرَجِيَّات بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد ويمكن استعادة الصِّحَّة. وهناك الكثيرُ من أشكال التهاب المفاصل التي تُفَرِّق عن بعضها البعض بعِلْم الأعراض المرضية والعوامل المسبِّبة وناحية التَّسبيج المُصابَة وأسلوب الإصابة.

(1) أي ناجمة عن غيوب أو خلل يؤدي إلى مهاجمة الجهاز المناعي لُنسج الذات (الجسم نفسه) (المُترجم).

15 سنة من التهاب المفصلي

عانيتُ من آلام مفصليّة شديدة في ظهري ووركي اليمني على مدى 15 سنة ماضية، وقد كان الألم يمسوّه جداً في بعض الأيام، ولا أستطيع القيام بأعمالِي الروتينية. وكان عليّ أن أبقى في السرير يومين أو مثل ذلك خلال هجمة التهاب المفصل. وكنت أعاني من الألم خلال هذه النوبات الشديدة مرتين على الأقل شهرياً، كما كان لديّ ألم كليل (مزعج) Dull pain مستمر في ظهري ووركي دائماً. لقد كان الألم شديداً في بعض الأيام فقط؛ وجرتُ الكثير من الأدوية الموصوفة من دون نتائج إيجابية.

ولكن بعد أن عولجتُ من قبل الدكتورة ديلي تجاه الأرجليّات الأسليسيّة والمجوهرات الذهبية، زال عنيّ ألم التهاب المفصل. هذا، ولم أعرف شيئاً عن الأرجليّات (الحالات التحسسية) قبل أن أتى إلى الدكتورة ديلي؛ وعندما أخبرتني أن لديّ تحسّساً لجميع الأطعمة التي كنت أكلها والأدوية المضادة للالتهاب وأقراص الألم التي أستخدمها، لم أصدق ذلك. والآن، وبعد أن عولجتُ تجاه معظم الأطعمة والأدوية، أعتقد أن التحسّس للطعام قد كان السبب في التهاب المفصل لديّ. وأستطيع أن أتناول أدويتي الآن من دون خوف، وذلك عند الحاجة.

تتفاوت أعراض التحسّس من شخص إلى آخر، حسب العديد من العوامل، مثل حالة الجهاز المناعي ودرجة إصابة الأعضاء والأجهزة والعمر ودرجة الوراثة.

الفصل العظمي

يُحصلُ الفُصَالُ العَظْمِيُّ Osteoarthritis، وهو الشّكل الأكثر شيوعاً للالتهاب المَفْصلي، عندما تتخرَّب الطبقة العُضْروفيّة الرّقيقة داخل المَفْصَل؛ وتحتكُ النِّهاياتُ الخشنة مع بعضها البعض ومع النّسيج القريب منها، ممّا يؤدّي إلى الألم والتورّم والتيبُّس. وبعد فترة من الزمن، قد يحصلُ فقدٌ للحركة المفصليّة Joint mobility. وإذا لم يُعالَج الفُصَالُ العَظْمِيُّ، يمكن أن يسبّب عجزاً كاملاً في المفصل المُصاب، لكن يمكنك الآن القيام بالكثير مع طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودريباد لتخفيف الألم الناجم عن الالتهاب المفصلي، وإبطاء أو إيقاف ترقّيه، وإزالة الالتهاب، وإعادة بناء المفاصل، وحتى العودة إلى حياة طبيعيّة في نهاية المطاف مهما يكن عمرك. واستناداً إلى ما وجدته واكتشفته، يُعدُّ التحسّس للطعام هو السبب الأوّل للفُصَالِ العَظْمِيِّ: التحسّس للبروتينات ومُنتجات الحليب

والكالسيوم والفيتامين C والحمضيات وعصير الفواكه وبعض الخضار (البندورة، البصل، الفليفلة) والشوكولاته والملح، والتحسُّس للعضروف والأربطة والهرمونات وبعض الأقمشة... إلخ. وتستطيع معالجة جميع هذه الأرجيات بنجاح مع طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET.

يظهرُ الفُصَالُ العَظْمِيُّ حَوْلَ سنِّ الأربعين أو أكثر عادةً؛ ويعاني نحو 15.8 مليون أميركي منه تقريباً. وينتقلُ هذا المرضُ المسبَّب للعجز في العائلات، وهو يصيبُ النساءَ أكثر بثلاث مرَّات من الرجال.

الفُصَالُ العَظْمِيُّ ليسَ مجردَ اضطراب تنكُسي Degenerative disorder، بل اختلالٌ معقَّد في السُّطوح المفصليَّة يشتملُ على فَقْدِ البنية الكولاجينية الطبيعيَّة Normal collagen architecture، يَتْلُوهُ محاولة من الخلايا العُضْروفيَّة Chondrocytes لإنتاج عُضْروفٍ بَدِيل. ويكونُ السُّطْحُ البَدِيلُ أَقْلَ مقاومةً للاهتراء من الأصلي. وبعمر الوقت، يمكن أن يُفقدَ العُضْروفُ كامل ثخاثته على السُّطوح المفصليَّة.

يبدأ الأَلَمُ في الفُصَالِ العَظْمِيِّ تدريجياً: أَلَمٌ موجع في مفصل أو أكثر وتيبُّس وفقد للحركة. وقد يكون الالتهاب موجوداً أو غائباً. وقد يترقَّى الأَلَمُ ببطء، مع نوبات شديدة تُتَبَّعُ بفترات من التحسُّن، ويغلب أن يتفاقم الأمرُ بَعْدَ الاستعمال الزائد للمفصل، ويحصلُ ذلك ليلاً أكثر منه صباحاً. ويميلُ التيبُّسُ Stiffness إلى أن يتبعَ فترات انعدام النِّشاط Inactivity، كما في أثناء النوم أو الجلوس، ويمكن التَّخْفِيفُ من ذلك بالتَّمْدِيد والتَّحْرِيك؛ ويبدو أن الأَلَمَ يزداد في الطقس الرُّطْب. ومع تقدُّمِ المرض، قد يحصلُ الأَلَمُ حتَّى عندما يكون المفصلُ في حالة الرَّاحَةِ، ويمكن أن يجعلَ المُصابَ يستيقظ ليلاً. وإذا استطعت أن تحتفظَ بمفكِّرة طعاميَّة Food diary، ستُكون قادراً على تعقُّب الأطعمة المسبِّبة لآلام الفُصَالِ العَظْمِيِّ لديك. وبذلك، تَتَجَنَّبُ تلك الأطعمة التي تسبِّبُ الأَلَمَ، أو تجدُ مُمارساً لطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد قريباً منك وتعرفُ منه على معالجة ما تَتَحَسَّسُ له من الأطعمة، فلا تعود مضطراً للعيش مع تلك الآلام أبداً.

صلصة الفلفل الحارة

عقبت من تبيس الرقبة على مدى أربعة أسابيع، وجريت المعالجة الفيزيائية وتدخلات العلاج اليدوي (بتقويم العمود الفقري) والتمسيد وحتى الحقن Colonics (استجالية لما اقترحه عليّ أحد الأصدقاء للتخلص من السموم). وقد كانت القيادة صعبة عليّ، لأنني لم أكن أستطيع أن أدير رقبتي من جهة إلى أخرى أو للنظر إلى الخلف. وكنت في كل مرة أقود فيها أبتهل لله أن أجد من الشرطة لأي سبب. وأخيراً، أملت إلى المتكورة ديفي من قبل أحد الأصدقاء، حيث تعقبت في عيانتها آلام رقبتي وصولاً إلى صلصة الفلفل التايلاندية Thai pepper sauce التي اشتريتها قبل شهر. وبما أن طعام الصلصة كان حسناً، كنت أكل بضع قطرات منها مع كل وجبة. وفي غضون ساعتين من تلقي المعالجة تجاه الصلصة، اختفى التيبس من رقبتي.

تشتمل أعراض الفُصَالِ العَظْمِيِّ على الآلام المفصليّة التي تتفاقم بشكل نموذجي مع استعمال المفصل وتحسّن بالراحة، والتيبس المفصلي بعد عدم الاستعمال. ومن بعض العلامات الباكرة للفُصَالِ العَظْمِيِّ الألم في الصباح الباكر عند الاستيقاظ، والألم والتيبس عند الوقوف من الجلوس في وضع ما لبعض الوقت. وقد يصبح الألم مستمراً ومستديماً، وأغلب ما ينجم ذلك عن الأرجيات، لا سيما التحسّس للأطعمة: الحنطة، الجوز، التوابل، الذرة، الخبز المحمّص، البندورة، الفليفلة الطويلة، البطاطا، الملح، الأطعمة المحتوية على اليود (البصل، اللفت، أعشاب البحر)، اللوبياء، الشوكولاته، السمك، الحمضيّات، الجبن، الحليب، البطاطا الحلوة، الخوخ، الكمثرى، الخرشوف. كما يكون المصابون بالفُصَالِ العَظْمِيِّ مُتَحَسِّسِينَ للغبار وغبار الطلّع والأقمشة والمعادن. هذا، وتقومُ النساء بمعظم الطبخ في الكثير من العائلات، حتّى عندما يشغل كلٌّ من الزوجين. ولذلك، يمكن أن يجعل التعرّض المتكرّر للتوابل والأطعمة المختلفة النساء أكثر عُرضةً من الرجال للفُصَالِ العَظْمِيِّ.

شهد شابٌ بعمر 18 سنة في عيادتنا وهو مصابٌ بألمٍ ظهريٍّ مسبّب للعجز؛ وقد أصبح جدّه عاجزاً وهو بعمر 46 سنة بسبب الالتهاب المفصلي في كامل جسمه. وعندما بدأ الحفيدُ برؤية علامات التهاب المفاصل الباكر، أرغمه جدّه على

السعي إلى المعالجات المضادة للتحسُّس؛ وقد كانَ الحفيدُ متحسِّساً للكثير من الأطعمة والأقمشة، وبدأَ عمودُه الفقري وهو بعمر 18 سنة بإظهار تغيُّرات على شكل نَوَابِت عظميَّة (مَنَاقِر) Osteophytic changes؛ وعندما عولجَ من التحسُّس للحليب والكالسيوم، تحسَّن ألم الظهر لديه؛ كما عولجَ تجاه جميع المُستأرجات المعروفة وأعطِيَ البروتينات والفيتامينات والمعادن. وحينما أُجريت له صور شعاعيَّة قبلَ ثلاث سنوات، كانَ عمودُه الفقري خالياً من الفُصَال العَظْميِّ. وهذا ما يثبت بأنَّ المهاميزَ العظميَّة Bone spurs يمكن التخلُّصُ منها بإزالة التحسُّس في عمرٍ باكر وإعطاء الفيتامينات المناسبة.

عانت جاني Jani البالغة من العمر 23 سنة من نوعٍ خاص من التهاب المفاصل، وشخصَّ لها الأطباءُ التهابَ المفاصل النَّفسي الحركي Psychosomatic arthritis، ولم يصفوا لها أيَّ دواءٍ لمساعدتها؛ وكانت جاني نشيطةً جداً، وتعمل كمرمَّضة قانونيَّة Registered nurse في إحدى وحدات العناية المركزة. كانت جاني تَشْتَكِي في بعض الأيام من آلام مفصليَّة متعدِّدة وشديدة، وتغيب عن العمل عدَّة مرَّات في الشهر، حيث يصبح جسمُها متيبِّساً بالكامل، إلى درجة لا تستطيع معها أحياناً أن تمسكَ بالقلم من دون أن تشعرَ بالتَّيبُّس والألم في يديها؛ وتورَّمُ براجمها⁽¹⁾ Knuckles ومِغصاها، وتُرغم على قضاء يومها في السرير معتمدةً على الأسبرين والماء، وهي تمرُّ بهذه المشكلة مرَّة في الأسبوع، كتقويت ثابت تقريباً.

عندما قُمنا بتقييمها، اكتشفنا أنَّها كانت تصنع الخبزَ في بيتها من دَقِيق الحنطة لزوجها مرَّة في الأسبوع؛ ولم تكنُ تحبُّ مُنتجات الحنطة أبداً، لذلك لم تأكلها. وقد اعتادت على تحضير العجينة بيديها؛ إلَّا أنَّها كانت متحسِّسةً جداً للحنطة، وكانَ لَمَسُ العجينة السَّبَبَ في ألمِ التهاب المفاصل مرَّة في الأسبوع.

(1) البراجمُ (مفردُها بُرْجُمَة) هي مناطقُ المفاصل في الأصابع.

الفصلُ العَظميُّ

عانيتُ من التهابٍ عظميٍّ تتَّخمي طوالَ ممارستي لكرة القدم. وكنتُ أشكو من أعراضِ التهابِ المفصليِّ قبلَ أن أبدأ حياتي مع كرة القدم؛ ولعبتُ مع فريقِ غرين باي باكرز Green Bay Packers وكليفلاند براونز Cleveland Browns وبيتسبيرغ ستيلرز Pittsburgh Steelers وإل. إي. رامز L.A. Rams على مدى 14 سنة. واستعملتُ أقراصَ الألم، وخضعتُ ركبتيَّ للتصريفِ السفطيِّ من حينٍ إلى آخر. وكنتُ بينَ الفينة والأخرى أستخدمُ حقنَ أو دواء الكورتيزون للتقليلِ من الالتهابِ في ركبتيَّ طوالَ حياتي وعلمي، لكنني لم أعتقدُ من الألمِ بتاتاً، رغمَ كثرةِ الأدويةِ المختلفةِ التي استعملتها يومياً. فالأدويةُ ساعدتني على تخفيفِ الألمِ فقط. وكنتُ أعاني أحياناً من عسرٍ شديدٍ في الهضمِ ومغصٍ بطني بعد تناولِ الدواء؛ ثمَّ أُرْسِدتُ إلى الدكتورَةِ ديفي والطَّرائقِ الرائعةِ لإزالةِ التحسُّسِ بحسبِ نامبودرياد.

وبعدَ بضعِ جلساتٍ من المعالجةِ بطرائقِ إزالةِ التحسُّسِ بحسبِ نامبودرياد، توقَّفتُ الألمُ في ركبتيَّ؛ كما كنتُ متَّحسِّساً تجاهَ أحدِ أدويةِ الألمِ (المسكَّات)، وعالجتني الدكتورَةُ ديفي بالنسبةِ إلى أدويتي أيضاً. ودلَّان، أستطيعُ تناولَ دوائي الذي أحتاجُ إليه من دونِ أيِّ نزاعٍ؛ وممَّا أراحمي أنَّه لم أَعُدْ أحتاجُ إلى أقراصِ الألمِ طوالَ اليوم؛ وتابعتُ جلساتَ المعالجةِ بطرائقِ إزالةِ التحسُّسِ بحسبِ نامبودرياد لأكثرَ من سنة. ودلَّان، لم تُعَدْ آلامُ التهابِ المفاصلِ وعُسرُ الهضمِ تحدِّثانَ معاً، ولم أَعُدْ بحاجةً إلى حقنِ الكورتيزون وسفطِ المفاصلِ وتصريفِ الأكياسِ الزليليةِ Synovial sacs منذَ عام 1996؛ كما لم أَعُدْ معتمداً على أقراصِ الألم. وليسَ ذلكَ فحسب، بل أصبحتُ مسروراً بتناولِ أيِّ نمطٍ من أنماطِ الطعامِ من دونِ الخوفِ من عُسرِ الهضمِ أو الآلامِ في ركبتيَّ ما دمتُ قد خضعتُ للاختباراتِ تجاهَ التحسُّسِ قبلَ أن أأكلَ تلكَ الأطعمة. وقد علَّمتني الدكتورَةُ نامبودرياد كيف أختبرُ حالاتِ التحسُّسِ لديَّ باستعمالِ اختباراتِ الاستجابةِ العضلية، وهي طريقةٌ منقَّدةٌ للحياة، وينبغي أن يتَّعَمَّها كلُّ شخصٍ.

وما زلتُ أصاب أحياناً بالتحسُّسِ لبعضِ الأشياءِ التي لم أعالجَ تجاهها من ذي قبل؛ ولكن معَ معرفةِ الاختباراتِ العضلية، أصبحتُ قادراً على تحديدِ العواملِ المتهمةِ (المسبِّبةِ) قبلَ أن تؤثرَ فيَّ. وأنا الآن أستمعُ بكلِّ لحظةٍ في علمي الرَّاهنِ الخاليِ من الألم؛ فالصَّحَّةُ ثروةٌ، والصَّحَّةُ شيءٌ عظيمٌ! وأنا مستعدٌّ للمقايضةِ معَ أيِّ شيءٍ مقابلَ الصَّحَّةِ! ولا أستطيعُ أن أشكرَ الدكتورَةَ ديفي وطرائقِ إزالةِ التحسُّسِ بحسبِ نامبودرياد بما يكفي لقاءَ مساعدتها لي على اكتشافِ هذهِ الحياةِ الجديدةِ!

أُتت امرأة عمرها 72 سنة إلى عيادتنا شاكية من ألم معمم وانزعاج. وقد كانت تعاني من تورم وآلام شديدة في عدة مفاصل، لا سيما في يديها ومفصلي مرفقيها، فضلاً عن مفاصل وركبها وركبتيها. كما كان لديها ألم في كامل ظهرها، ولم تكن قادرة على ثني ظهرها لالتقاط أي شيء أو النهوض من وضعية الجلوس من دون مساعدة. لقد كانت هذه المرأة مُصابة بالربو في طفولتها، وقد خضعت لاختبارات التحسس الجلدية، لكن لم يوجد شيء من ذلك. وقد عولجت من قبل اختصاصي في أمراض المفاصل Arthrologist، واستعملت عدداً كبيراً من أقراص الألم. وفي مكتبنا، اختُبرت تجاه التحسس للأطعمة بطرائق اختبارات نامبودريباد العضلية، وتبين أنها تتحسس لجميع الأطعمة تقريباً، ولكن ليس لغبار الطلع أو الغبار، كما كانت مُحسّسة للمعادن والأقمشة. وعولجت مرة بعد مرة تجاه العناصر الطعامية من قبل طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد. وفي نهاية الشهرين، تحسّنت صحتها بنسبة 90٪، وأُحيلت من جديد إلى اختصاصي أمراض المفاصل الذي سبق أن عالجها، فأوقف لها جميع الأدوية. ولا تزال بعد مضي خمس سنوات خالية من الأعراض.

تعلمت طالبة تغذية عمرها 24 سنة قيمة الدخن Millet في النظام الغذائي، وكانت مهتمة بمشاركة عائلتها في هذه المعرفة، فذهبت إلى مخزن للأطعمة الصحية، واشترت الدخن، وطبخته، وأصبحت تأكله مرتين في اليوم، بينما كانت بقية العائلة تأكل الدخن مرة في اليوم فقط. وفي الصباح التالي، لم تستطع النهوض من السرير، فقد كانت مفاصلها متورمة ومؤلمة؛ وجاءت بها أمها إلى عيادتنا، فقد أثير الدخن في مفاصلها؛ وبعد أن عولجت بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد NAET تجاه الدخن، تحسّن ألمها المفصلي. كما كانت شديدة التحسس تجاه الحبوب، وعولجت تجاه الحنطة والذرة والشعير. وكان التهاب المفاصل أحد شكاويها منذ الطفولة. وعندما عولجت تجاه الحبوب، تخلّصت من التهاب المفاصل. ذهبت فتاة أخرى عمرها 23 سنة، تعمل مساعدة لأحد أطباء المعالجة اليدوية، إلى عملها ذات يوم، ولاحظت أنها غير قادرة على استعمال ذراعها اليسرى. فقد كانت تشعر بألم شديد في راحة يدها اليسرى، ولم تستطع حتى مسك القلم. واعتقد الطبيب أن لديها كسراً إجهادياً Stress fracture، فطلب

إجراء صورة شعاعية تبين أنها سلبية (أي لم تُظهر شيئاً). وفي غضون 4 ساعات، نقص ألمها، وعندما ذهبت إلى بيتها، كان الألم قد زال تماماً. وفي بيتها، أكلت بعض خبز الذرة المتروك من الليلة السابقة. وخلال بضع دقائق، عاد الألم في ذراعها اليسرى، وبشكل أشد مما كان؛ وعلى الفور، تأكدت من أنها كانت متحسسة للذرة، فجاءت بها صديقتها إلى عيادتنا لعلاج من التحسس للذرة، وخضعت لثلاث جلسات من المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، بفاصل 10 دقائق. وفي نهاية الجلسة الثالثة، لم تعد تشعر بالألم في يدها.

الإصابة في رياضة الفريسي Frisbee Sports Injury

بدأت كتلي البصري تؤلمني قبل نحو 18 شهراً، عندما كنت ألعب رياضة غولف الفريسي Frisbee golf؛ وتابعت اللعب، معتقدة أن الألم قد يختفي، لكن الألم تفاقم. وعلى مدى بضعة شهور لاحقة، أفلحت عن اللعب، لأن الألم كان يهوى سواء أضربت قرص الفريسي إلى الخلف أو الأمام؛ وتمنيت أن تساعدني الراحة على شفاء عضلات الكتف، لكن بدا أن غياب النشاط قد تفاقم المشكلة والألم.

وتمرنيت خلال السنة الأخيرة قليلاً على أمل أن يزول الألم، لكنه كان يزداد سوءاً، ثم وقبل نحو 6 أشهر، لاحظت أن ذراعي اليسرى بكاملها قد أصبحت تؤلمني؛ وزرت منذ 3 شهور تقريباً شركة التأمين، وطلبت مني الطبيبة إجراء صورة شعاعية. ووصفت المعالجة الفيزيائية؛ وأجريت نحو خمس جلسات على مدى الأسابيع الأربعة الماضية، كما قمت بتمارين شد (تمديد) خفيفة حسب التوصية، ونقص الألم والتيبس بشكل طفيف فقط. وإذا وضعنا مقياساً من 1 إلى 10 (بحيث يكون 10 هو الأسوأ)، يكون الألم قد نقص من نحو 6 إلى 5. واستمر شعوري بالألم والتيبس وفقد الحركة الحرة حتى بعد 4 أسابيع من المعالجة الفيزيائية. وبما أنني لم ألاحظ سوى القليل من التحسن، تضررت الإصابة القديمة في ركبتي، وقررت الذهاب لرؤية الكوتورة ديفي.

وفيما كنت الكوتورة ديفي تعالجنني بالنسبة إلى حركة رمي قرص الفريسي، بدأ الألم يخف فوراً وبشكل ملحوظ. وفي غضون ثوانٍ، ومع استمرار الكوتورة ديفي في المعالجة، نقص الألم من 6 (أو نحو ذلك) إلى أن زال الإزعاج. وشعرت وكأنه توقف التيبس والانقباض في الحركات، وزال الألم في الحركات الثلاث المولمة جميعاً، أي إلى الخلف والأمام ومحولات الوصول أو المد إلى أقصى ما يمكن! وقبل البدء بالمعالجة على يد الكوتورة ديفي، كان مستوى الألم 6 تقريباً عندما انضبط على كتلي البصري؛ أما الآن فهو 1 فقط، وبالكاد أشعر به.

وفي تشرين الأول/أكتوبر 1993، تعرضت لوتسي (إجهاد) شديد في ركبتي اليسرى خلال رمي القرص غولف الفريسيبي؛ ومع حلول حزيران/يونيو 1994، كانت ركبتي اليسرى تضايقتي على مدى 9 شهور. وخططنا خلال بضعة أسابيع للذهاب في إجازة، وكان لدينا حجوزات في حدائق سيكويا Sequoia وكنغز كانتون Kings Canyon الوطنية، وكان أمتنا ابن نعمة بالكثير مشابهاً علم التقدم.

بدأت بمراجعة طبيب المعالجة اليدوية في شركة الثامن؛ ولم يتحسن الألم لدي على مدى الشهور الخمسة أو الستة التي كنت فيها تحت رعايته.

لا بل كان الألم يتفاقم باستمرار خلال وجودي تحت رعاية طبيب المعالجة اليدوية Chiropractor في شركة الثامن؛ وفي حزيران/يونيو 1994، كنت بالكاد أستطيع المشي، وكانت ركبتي اليسرى ضعيفة ومؤلمة جداً، حتى إن مجرد وضع ثقلتي على صالفي اليسرى يؤلمني، وبدأت أمشي متجنباً قلمي اليسرى؛ وقد أدى ذلك، وللأسف، إلى تشوّه في مشيتي. وبعد أسبوع من الراحة في السرير، اقترح المعالج اليدوي ألا أذهب في إجازة، لأنني كنت في مثل هذا الوضع من التشوّه والألم. وأخيراً، أدركت أن صحتي وإجازتنا كلفتنا أهم من التكلفة الإضافية التي علي أن أنفعتها إلى طبيب خاص، لأن المعالج اليدوي رفض تغطية المعالجة التي تقدمها الدكتور ديفي في ذلك الوقت.

طلبت مني الدكتورة ديفي أن أقوم بما كنت أقوم به عندما أصيبت بركبتي، فوضحت لها حركة رمي قرص الفريسيبي Frisbee disc؛ واختبرتي لمعرفة ما إذا كنت متحسّسة لتلك الحركة، وكان الأمر كذلك. وعندما بدأت بمعالجتي للتشنج تجاه حركة الرمي، شعرت بركبتي اليسرى تسترخي، وبدأ الألم بالترجيع، وتوقف الوجع والضغط فجأة، وأصبحت قادراً - ولأول مرة منذ شهور - على وضع ثقلتي على ركبتي اليسرى من دون الشعور بأي انزعاج. وعلى مدى الأيام العشرة اللاحقة قبل إجازتنا، ازدادت قوة ركبتي وراحتها في المشي بشكل ملحوظ. وخلال وجودنا في حدائق سيكويا Sequoia وكنغز كانتون Kings Canyon الوطنية، لم تضايقتي ركبتي أبداً؛ وكنت أمشي عدة أميال يومياً، وأحمل حقائب السفر ومواد القراءة الخاصة بي (نحو 22.5 كغ)، واستمتعت بوقت رائع، بفضل الدكتورة ديفي على تشخيصها الدقيق ومعالجتها الصحيحة. ومنذ نحو 3 سنوات من تلك المعالجة، أشعر براحة تامة في ركبتي اليسرى.

أظهرت قصتها المرضية أن جدّها مات بالتهاب مفصلي مُسبّب للعجز، كما عانى والداها من التهاب مفصلي شديد، وكان أبوها البالغ من العمر 62 سنة شبة مُقعّد بسبب التهاب المفاصل. وقد اكتشفنا أنها كانت متحسّسة لمعظم البُقول

والتَّوَابِلِ وثمار الحمضيَّات. وبعدَ المعالجة بالنسبة إلى ضُروب مختلفة من الحالات التحسُّسية (الأرجيَّات)، أصبحت قادرةً على أكل معظم الأطعمة من دون الشُّكوى من أعراض التهاب المفاصل. وقالت لاحقاً بأنَّها كانت تقوم بعملها جيداً ما دامت لم تأكل أيَّة أطعمة محسَّسة، لكن عندما أكلت مجرد صنف محسَّس (أرجي) لم تُعالج تجاهه، سرعان ما عانت من آلام مفصليَّة وتبيُّس؛ ولم يكن لديها شكاوى صحيَّة أخرى. هذا، ويعدُّ الفُصالُ العَظمي Osteoarthritis تحسُّساً للكالسيوم والبَقُول والحليب بشكْل رئيسي. ولدينا مئات الأشخاص المصابين بالفُصالِ العَظمي والذين تخلَّصوا من أعراضهم تماماً بعد أن عولجوا تجاه الحليب والكالسيوم.

ولقد لاحظتُ في ممارستي أنَّ بعض المجموعات الطعميَّة تسبِّب غطاً خاصاً من الألم في المفاصل أو الأجزاء المختلفة من الجسم.

هناك ارتباطٌ بين تصلُّب الرقبة الحاد عند كلِّ المرَضَى تقريباً وبين التحسُّس للوبياء. كما تؤثر البَطاطا في معظم الحالات في المفاصل الفقريَّة، بينما تؤثر التَّوَابِلُ في المفاصل بين السَّلامِيَّات ومفصليِّ المَعصم، في حين تؤثر الفليفلة في الكاحلين والرقبة والظهر، وتسبِّب أوجاعاً معمَّمة في الجسم. وتصيب ثمار الحمضيَّات مفصليِّ الركبتين، ويؤثر البصل والسكر في الركبتين؛ وتصيب الذرة القدمين (ألم وخز الدُّبوس Pin prick pain) واليدين، وتسبِّب أوجاعاً معمَّمة في الجسم. وتؤثر الحبوب (الحنطة، الدُّخن، الشَّعير، الأرز الأسمر، الشوفان والحبوب الأخرى) في جميع المفاصل في كامل الجسم، وتؤدي إلى تعب الدِّماغ والتشوُّش الذهني.

التهابُ المفاصلِ الرُّثياني

يُعدُّ التهابُ المفاصلِ الرُّثياني Rheumatoid arthritis مرضاً مفصلياً تنكسياً يَتعلَّقُ بالاهتراء والبلى مع تقدُّم العمر، ويشتمل على تَرَدِّي العُضروف عند نهايات العظام. ويؤدي التهابُ المفاصلِ الرُّثياني إلى التبيُّس والتورُّم والتعب وفقر الدَّم ونقص الوزن والحمى والألم المسبِّب للعَجْز (المُعْجَز)، وأغلب ما يحدث عند الأشخاص قبل سن 40 سنة من العمر، بمن في ذلك الأطفال. ويعاني نحو 2.1 مليون من الأميركيين من هذا المرض.

يَبْدَأُ التهابُ المفاصلِ الرِّثياني في الغشاء الزَّلِيلِي Synovial membrane، وتُصابُ عدَّةُ مفاصل، ويَكُونُ ذلك بِشَكْلِ مُتَنَاطِرٍ غَالِباً عَلَى جَانِبِي الجِسم. ويعاني المصابون عادةً مِنْ تَبْيُسٍ صَبَاحِي يَدُومُ سَاعَةً عَلَى الأقل. وتُبْدِي الصُّورُ الشُّعَاعِيَّةُ البَسِيطَةُ تَغْيِراتٍ فِي العِظامِ تَخْتَلِفُ عَنْ تِلْكَ الحَاصِلَةِ فِي الفُصَالِ العَظْمِي. وَيَغْلِبُ أَنَّ تُبْدِي الاختباراتِ الدُمُويَّةِ فِي التهابِ المفاصلِ الرِّثياني ضِداداً نوعياً Specific antibody يُدْعَى العاملَ الرِّثياني Rheumatoid factor، وهو غيرُ موجودٍ فِي الفُصَالِ العَظْمِي. كما يَغْلِبُ أَنَّ تَرتَفَعَ مُستوياتُ عامِلٍ يُدْعَى سُرْعَةُ تَفَلُّ الكَرَيَّاتِ الحَمْرِ Erythrocyte sedimentation rate (ESR) فِي اخْتِبارِ دُمُوي آخَرٍ فِي التهابِ المفاصلِ الرِّثياني، لَكِنَّهَا تَكُونُ طَبِيعِيَّةً عَادَةً فِي الفُصَالِ العَظْمِي. كما أَنَّ التهابَ المفاصلِ الرِّثياني لَا يَظْهَرُ عَادَةً فِي أَطْرافِ الأَصَابِعِ (الأَنَامِلِ)، حَيْثُ يَكُونُ الفُصَالُ العَظْمِي شائعاً فِيهَا. وَقَدْ يَنْجُمُ التهابُ المفاصلِ الرِّثياني عَنْ التَّحَسُّسِ لِلبروتيناتِ ومُنْتَجَاتِ الحَلِيبِ والكالسيومِ والملحِ والفيتاميناتِ B والمفصلِ الزَّلِيلِي والجِلَّياتينِ والجَرَائِمِ (المَكُورَةُ العَقْدِيَّةُ، المَكُورَةُ العَنُقُودِيَّةُ، السَّلْمُونِيَّةُ... إلخ) والموادِ الكِيميائيَّةُ الطَعَامِيَّةُ.

وُجِدَ أَنَّ مَنشَأَ بَضْعِ حالاتٍ مِنْ التهابِ المفاصلِ الرِّثياني هُوَ التَّحَسُّسُ لِلأطعِمَةِ والأَقْمِشَةِ ونُسُجِ المَرِيضِ الذَّائِيَّةِ فِي المفاصلِ (مُفَرَّزاتِ الجِسمِ)، مِثْلَ دَمِ المَرِيضِ أَوْ أَرَبَطَتِهِ أَوْ الغِشاءِ الزَّلِيلِي)، وَأَنماطٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنَ الجَرَائِمِ. وَيُخَفُّ الالتهابُ المِفْصَلِيُّ بَعْدَ مَعالِجَةِ هَذِهِ الأَشْيَاءِ.

شَخَّصَ التهابُ المفاصلِ الرِّثياني عِنْدَ امْرَأَةٍ عَمَرُهَا 43 سَنَةً، وَقَدْ كَانَتْ تَتَعاطَى الكَثِيرَ مِنْ أَقْراصِ الأَلَمِ لِمُساعدتها عَلَى قَضَاءِ يَوْمِهَا. وَعِنْدَما قَدِمَتْ إِلَى عِيادَتِنَا، كَانَتْ لَا يَزَالُ التَّورُّمُ والأَلَمُ والتَّيُّسُ فِي عِدَدٍ مِنْ مِفاصلِهَا. وَتَبَيَّنَ أَنَّ لَدِيهَا تَحَسُّساً لِبَعْضِ شايِ الأَعْشابِ الَّذِي اعتادت أَنْ تَتناولَهُ "لِتَنْظِفَ جِسمَها". وَبَعْدَ أَنْ أوقفتَ هَذَا الشايَ العَشْبيَ الخاصَّ، تَحَسَّنَ الأَلَمُ والانزعاجُ لَدِيهَا، كما تَخَلَّصَتْ مِنَ الأَعْراضِ بَعْدَ المَعالِجَةِ بِطَرائِقِ إِزالةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامُودِريادِ بِالنَّسْبَةِ إِلَى شايِ الأَعْشابِ الخاصِّ هَذَا.

زارتِ امْرَأَةً أُخَرى عَمَرُهَا 36 سَنَةً مَزرَعَةً مَعَ أَطْفالِ المَدرَسَةِ، وَأَكَلَتْ الدَّجَاجَ المُطَبَّوخَ هُنَاكَ، فَأَصْبَحَتْ مَتَوَعِّكَةً عِنْدَ عَوْدَتِهَا إِلَى البَيْتِ؛ وَقَدْ أَمَضَتْ

اليومين اللاحقين في القيء والإسهال، وبقيت في البيت، لا تشرب إلا ماء الليمون فقط. وعندما تعافت من مرضها، بدأت تشكو من آلام مفصليّة. وشخصَ لديها في نهاية المطاف التهابُ المفاصلِ الرثياني. وبعدَ سنتين، أُحيلت إلى عيادتنا للمعالجة. وكانت تُعاني من آلام مفصليّة عندما قدمت إلينا. وأظهرت طرائقُ اختبارات نامبودرياد العضليّة أنّها كانت تعاني من عدوى السَّلْمونيّة *Salmonella infection*، فأزيلَ تحسُّسُها لها. وخلال مُرورها بالمعالجة ضدَّ السَّلْمونيّة، تخلّصت من التهابِ المفاصلِ الرثياني أيضاً.

يُعدُّ التهابُ المفاصلِ الرثياني والتهابُ المفاصلِ الرثياني اليَقَعِي *Juvenile rheumatoid arthritis* من أخطر اعتلال المفاصل الالتهابي، حيث يهاجم التهابُ الأغشية الرليّة المحيطة بالسائل المزلّق في المفاصل، كما يتخرّب الغُضروف والنسج في المفاصل وما حولها، وكذلك السطوح العظميّة نفسها غالباً؛ ويستبدلُ الجسمُ النسيج المتضرّر بنسيج ندبيّ يؤدي إلى تضيق الحيز (المسافة) بين المفاصل، مُكوّناً طيّات والتصاقات. وكما في الفصال العظمي، يُصاب الجسمُ بأكمله، بدلاً من مفصل واحد فقط.

التهابُ المفاصلِ النقرسيّ

يُعاني أكثر من مليون أميركي من الأعراض المؤلمة للنقرس *Gout*، حسب آخر تقرير لمركز مكافحة الأمراض. ويُمثّل النقرسُ مرضاً استقلابياً مستمراً (مزمنًا)، يتجلّى بترسب حمض اليوريك *Uric acid* في المفاصل، ممّا يؤدي إلى التهاب مفصلي مؤلم في عدد من المفاصل، لا سيّما في القدمين والساقين.

يُمثّل النقرسُ نمطاً من التهاب المفاصل، أكثر ما يصيب الرجال بعمر 40 سنة وما فوق؛ ويتصاحبُ بشكل دائم تقريباً مع فرط حمض اليوريك في الدّم *Hyperuricemia*، وهو ارتفاعٌ شاذٌ مُزمن في تركيز حمض اليوريك في الدّم.

يُحصلُ التهابُ المفاصلِ النقرسيّ *Gouty arthritis* بشكل أكثر شيوعاً في مُفرطي الوزن *Overweight people* وعند الذين يأكلون الأطعمة الغنيّة. ومن هنا جاء اسم "داء الأغنياء *Rich man's disease*". وتشتملُ المظاهر النمذجيّة (المدرسيّة) للمرض على تورّم النسيج الرخوة في مفصل أو أكثر، والألم والتورّم والانزعاج في

الكاحل أو الكاحلين وإصبع القدم الكبير، وارتفاع مستوى حمض اليوريك في الدم، وتَشكُّل بلورات حمض اليوريك في المفاصل. كما أن لهذا المرض ارتباطاً وثيقاً بأطعمة أخرى، لا سيَّما الحديد والسُّلفيتات (مركَّبات الكبريت) ولحم البقر والذرة ومُنتجات الحليب (مشتقاته) وثمار الحمضيَّات وعصائر الفواكه والبصل والمشروبات البروتينية والبندورة.

كانت البندورة في رجل عمره 26 سنة هي السبب المُتَّهم بحدوث النقرس؛ كما كانت امرأة عمرها 38 سنة مُتَحسِّسةً للفاصولياء المكسيكية التي سبَّبت لها النقرس؛ وامرأة أخرى عمرها 42 سنة كانت مُتَحسِّسةً لحذائها الجلدي الذي سبَّبت لها المعاناة من ألمٍ شبيه بالنقرس.

التهابُ المفاصلِ الصَّدافي

التهابُ المفاصلِ الصَّدافي Psoriatic arthritis هو نوعٌ آخر أيضاً من الالتهابِ المفصلي، قد يصيب أيَّ عمر، لكنَّه يبدأ عادةً بين 15 - 35 سنة من العمر. ويستغرقُ الجلد في الحالة الطبيعية نحوَ شهرٍ لتحركِ الخلايا الجديدة فيه من الطبقات الجلدية السُّفلىة صُعوداً نحوَ السُّطح؛ أمَّا في الصَّدَقِيَّة Psoriasis، فلا يستغرقُ ذلك سوى بضعة أيام، ممَّا يُوَدِّي إلى تراكُم الخلايا الجلدية الميتة وتشكُّل وُسوف أو حراشف ثخينة. وقد تفاقم الصدفةُ بالجروح والحروق ولسعات الحشرات. كما أن الأدوية والعَدَوَى الفيروسية أو الجرثومية وفرط تناول الكحول وزيادة التعرُّض لضوء الشمس (حُرُوق الشمس) وسوء الصحة العامة والطقس البارد والاحتكاك المتكرَّر للجلد، كل ذلك يتصاحب أيضاً مع تفاقم الصدفة؛ ولكنَّ الصدفة غير مُعدية.

ويبدو أن أسوأَ العوامل المُتَّهمة في هذا النوع من التهاب المفاصل هي الحليب والجبن والكازين Casein (بروتين في اللبن) وحمض اللاكتيك والزَّبَادِي ومَصْل الحليب والزبدة والفيتامين D والشوكولاته والقهوة والكافيين والبطاطا والبندورة والبادنجان والفليفلة والبصل والحموض الدهنية والخيار. وقد عانت امرأة عمرها 72 سنة في كامل جسمها مع التهاب مفصلي شديد على مدى 20 سنة، وتبيَّن أنَّها مصابةٌ بالتهابِ المفاصلِ الصَّدافي.

وكانت تأكل الجبن الأبيض يومياً، حتى رغم أنها لم تكن تستعمل الحليب بأي شكل من الأشكال. وبعد أن عولجت تجاه الحليب ومشتقاته بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، اختفت الصدفة لديها وتحسنت صحتها بشكل كبير.

أصبحت فتاة عمرها 16 سنة، في غضون بضعة أسابيع قليلة، بالصدفة على فروة رأسها ومرفقيها وركبتيها وظهرها، وعانت من ألم مفصلي واسع؛ وكانت هذه الفتاة قد أخذت تميل مؤخراً إلى الأفوكاتو Avocado، وتبين أن لديها تحسساً شديداً للأفوكاتو الذي سبب لها عائقاً في خططي الطحال والكلية. وعندما عولجت تجاه هذه الفاكهة، زالت الصدفة والآلام المفصليّة. كما أن بعض أنواع الشامبو والصابون قد تؤدي إلى تفاعلات مماثلة على الجلد.

التهاب الفقار القسطي

التهاب الفقار القسطي Ankylosing spondylitis هو شكل آخر من الالتهاب المفصلي. وقد اشتكى مُعالجٌ يدوي عمره 28 سنة من تيبس في ظهره على مدى سنوات، وشخصَ المرض على أنه التهاب الفقار القسطي منذ كان بعمر 17 سنة. وتبين أنه يتحسس للملح الطعام؛ وبعد معالجته بنجاح من الملح (استغرق ذلك نحو 11 معالجة لإزالة تحسسه بشكل كامل تجاه الملح)، تخلص من الأعراض. كما اشتكت امرأة عمرها 58 سنة من ألم مفصلي متعدد شديد وتورم مفصلي، وكان الألم يتنقل من مفصل إلى آخر في أوقات مختلفة؛ وكانت متحسسة للملح وماء الحنفية. وبمجرد معالجتها تجاههما، تحسّن الألم المفصلي المتنقل من مكان إلى آخر.

الصدفة

عقبت من الصدفة والآلام المفصليّة على مدى 7 سنوات؛ وشفي جلدي تماماً بعد أن عولجت بالحقبة إلى مزيج الكالسيوم والفيتامين F (الحموض الدهنيّة).

مَوَّةُ الْمَفْصَلِ الْمُتَقَطِّعِ

مَوَّةُ الْمَفْصَلِ الْمُتَقَطِّعِ Intermittent hydrarthrosis هو غَطٌّ آخر من الالتهاب المفصلي، ويُمَثِّلُ حالةً تشتملُ فيها الأعراضُ على التورُّمِ المتقطعِ وفَرَطِ السَّوائلِ في المفاصل. وكما قد ناقشنا سابقاً، تكونُ المظاهرُ التَّمودِجِيَّةُ للتَّحسُّسِ (الأَرَجِيَّة) هي الوُدْمَةُ وإنتاج السَّوائلِ؛ وتنجمُ هذه الحالةُ بشكلٍ رئيسي عن الأطعمةِ والمواد الكيميائية والأبْجَرَة.

وهناك حالةٌ مثيرةٌ أخرى تستحقُّ الذكر؛ فقد مرَّت أمُّ بثلاث مرَّات من الإجهاض، ثُمَّ حملت من جديد؛ وفي هذه المرَّة، أبدت المزيد من الاهتمام واتخذت جميعَ الاحتياطات المعيارية لتجنُّب إجهاضٍ آخر. وكانَ لديها شَكْلٌ شديد من غَثَيان الصَّبَّاح Morning sickness طوالَ الشُّهُور التسعة. وأخيراً، ولدت ولداً صحيحاً. ومنذ ذلك الحين، أُصِيبَتْ بِآلامٍ مفصليَّةٍ شديدةٍ وزادَ وزنها نحو 18 كغ، رغمَ أنَّها كانت نباتيةً وتأكلُ السلطات والأطعمةَ القليلة السُّعرات الحراريَّة. وجاءت إلى عيادتنا في الوقت الذي دخلَ فيه ولدها عامه السَّابع، واكتشفنا أنَّ لديها تحسُّساً للطفل، وأدَّى هذا التحسُّسُ إلى إحداثِ آلامٍ مفصليَّةٍ وتعبٍ وسمنة. كما كانَ الطفلُ يعاني من بعض المشاكل الصَّغيرة أيضاً. وكانَ مفرطَ النَّشاط، ولم يكنْ أدائه جيِّداً في المدرسة، مع أنَّه استطاعَ المحافظةَ نوعاً ما على الدرجة الجيدة جداً وسطياً؛ لقد كانَ شديدَ التَّمَلُّل، ويعاني من كَوَاييس متكرِّرة، وتَصَطُّلُك أسنانه ببعضها البعض في أثناء نومه، ويرفض تكوينَ أصدقاء أو المساهمةَ في الأنشطة المدرسيَّة أو الوظائف الاجتماعية.

كما أظهرت المريضةُ حقيقةً مثيرةً أخرى؛ فعندما كانت تنامُ مع زوجها وولدها في السرير نفسه، لا تشعر بالقدرِ نفسه من الألم الذي تشعرُ به عندما تنام مع ابنها فقط. ولقد أصبحت شديدةَ المرضِ وتشكو من أوجاعٍ جسميَّةٍ وغثيانٍ ومَعَصٍ معدي (تَشْنُج)؛ وقد اختبرت بالنسبة إلى زَوْجِها، ولم يُلاحَظْ وجودُ تَحَسُّسٍ لديها له، ولا لديه لها. وهذا ما أثبتَ تَشْخيصنا؛ فعندما كانت مع زوجها وابنها، عدَّتْ الطاقةَ القويَّةَ لزَوْجِها الطاقةَ الضَّارَّةَ (العكسيَّة) لولدها، ولذلك لم تتأثَّر؛ أمَّا عندما كانت وخذها مع ابنها، فقد أثَّرت طاقته السلبية غير الملائمة فيها،

وهذا ما تَحَلَّى بِشَكْلِ آلامٍ مفصليّة. وبعدَ أن عُولِجت تجاه التحسُّس لولدها، لم تُعَدْ تشكو من الألم المفصلي الالتهابي؛ كما حدثَ تَغْيِيرٌ هائلٌ في شخصيّة الصَّبِيِّ. فقد أصبحَ أكثرَ لطفاً ووداً مع الآخرين، وقادراً على الدراسة، وتحسَّنَ مستواه. كما تَوَقَّفت الكوابيسُ لديه، ولم يَعُدْ يَصِرُّ على أسنانه، وتحسَّنتَ علاقته بالأصدقاء أيضاً.

التهابُ المفاصلِ الذَّابِّيُّ

يُعَدُّ الذَّابُّ الحُمَامِيُّ Lupus erythematosus نوعاً آخر من المشاكلِ المفصليّة التي تَتَصاحبُ بِتَعَبٍ عامٍ؛ والذَّابُّ الحُمَامِيُّ المَجْمُوعِيُّ Systemic Lupus Erythematosus (SLE) هو مرضٌ مجهول السَّبَب، يمكن أن يُوَدِّي إلى أعراضٍ مختلفةٍ من الحمّى والطفح وتساقط الشعر والالتهاب المفصلي والتهاب الجنب (غلاف الرئة) Pleuritis والتهاب التَّامور (غلاف القلب) Pericarditis والتهاب الكلية وفقر الدَّم وقلة الكُرَيَّات البيض Leukopenia وقلة الصُّفَيَّحات Thrombocytopenia والاضطرابات العصبيّة المركزيّة. وهو مَرَضٌ مناعي ذاتي Autoimmune disease يُوَدِّي إلى عوارض من الالتهاب في المفاصل والأوتار والتَّسُج الضامّة والأعضاء، حيث تصبحُ مختلفُ النَّسُج والأعضاء ملتهبةً في المصابين المختلفين، وتتراوحُ شِدَّةُ المرض ما بين الخفيفة والمسيبة للعجز، وذلك حسب عدد ونوع الأضداد Antibodies التي تظهر، والتَّسُج والأعضاء المُصابَة.

واستناداً إلى آخر تقريرٍ إحصائيٍّ لمراكز مكافحة الأمراض، يمكن أن يحصلَ الذَّابُّ في أيِّ عمرٍ، لكنَّ بدايَتَهُ تكون بين 16 - 55 سنة بشكلٍ رئيسيٍّ، وأكثرُ ما يصيبُ المرضُ النِّسَاء. وفي الأطفال، تكونُ النسبةُ بين الإناث والذكور هي 1.4 إلى 1/5.8، وتتراوحُ في البالغين من 1/8 إلى 1/13، وتكونُ النسبةُ في المسنِّين هي 1/2. ويُقدَّرُ معدَّلُ انتشارِ الذَّابِّ الحُمَامِيِّ المَجْمُوعِيِّ بين 4 و250 حالة في كلِّ 100000 من السكَّان. ويكونُ أعلى مدى انتشار المرض في الولايات المتحدة بينَ الآسيويين في هاواي والسُّود وبعض الأميركيين الأصليين. وقد قُدِّرَ خطَرُ حدوثِ الذَّابِّ الحُمَامِيِّ المَجْمُوعِيِّ في الإناث الأميركيَّات الزنجيليَّات بنحو 250/1؛ ومعدَّلُ

الانتشار هو نفسه تقريباً في كل أنحاء العالم. ويبدو أن المرض شائع في الصين وجنوب شرقي آسيا، وبين السود في الكاريبي، لكنه قليلُ المشاهدة في السود في أفريقيا. ويكونُ نحو 90٪ من الناس المصابين بالذآب في الولايات المتحدة هم من النساء الشابات في أواخر المراهقة وحتى الثلاثينات من العمر (وغالباً نساء في سن الإنجاب)، لكن الإصابة بالمرض تحصل عند الأطفال، لا سيما الفتيات، والمسنين من الرجال والنساء أيضاً.

تشتملُ الأعراضُ على الطفح الوجيهي (الوجهي) والجلدي والتحسس لأشعة الشمس وقارحات الفم، وظهور السائل حول الرتتين والقلب والأعضاء الأخرى والالتهاب المفصلي وتورم المفاصل واحمرارها، والعصبية (الترفزة) أو نوبات الهلع Panic attacks، والشعور بمتى انتهى الانزعاج Butterfly sensation في المعدة وخلل الوظيفة الكلوية ونقص الكريات البيض أو الصفيحات في الدم، وخلل الوظيفة العصبية والدماغية والتشوش الذهني، وفقر الدم ووجود أضداد التوى Antinuclear antibodies في الاختبارات الدموية.

ولقد اكتشفنا وجود تحسس للأقمشة، أكثر من الأطعمة، في الحالات القليلة التي عولجت في عيادتنا. وقد شوهدت امرأة عمرها 37 سنة في عيادتنا بهدف معالجة محتملة من الذآب، وكانت تحضر إلى العيادة بشكل دوري، وهي تعاني من آلام مفصلية شديدة وتعب فائق معظم الوقت.

وقد ذكرت مؤخراً أن المسكنات لم تُفدها، وسمعت عن الوخز الإبري وطب الأعشاب، وجاءت عيادتنا لتكتشف ما إذا كانت هناك أية فرصة للتحسن باستعمال هذه الطرائق، وقد علمت قليلاً عما هو أفضل لدينا.

خلق أو وتي الكاجل

كانت ابنتي ذات الثماني سنوات تعاني من إصابة متكررة في كاحلها في المنزلة خلال ممارستها للرياضة؛ وقد أخذتها إلى عيادة المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبوربيد، فكتشف الطبيب أنها كانت متحسسة جداً لجواربها القطنية وحذاتها الجلدي؛ وبعد أن عولجت بالتنسبة إلى القطن والجلد، لم تغد تتألم من كاحلها منذ سنتين وحتى الآن.

وكما هي الحال بالنسبة إلى المرضى الجُدُد والقليل من المرضى الذين تظهر لديهم أعراض جديدة مرة ثانية، خضعت المريضة للتقييم والاختبارات تجاه كل أشكال التحسس؛ ولم يكن لديها الكثير من الأرجبيات الطعامية، كما لم تُبد تحسّساً لفبار الطلّع أو الأعشاب أو الأشجار، لكن لوحظ أنّها تتحسّس لجميع الأقمشة والقليل من المواد الكيميائية.

كانت ترتدي جميع المواد القطنية، معتقدة أنّ القطن كان بديلاً جيّداً عن المواد التركيبية؛ ولكن من المدهش أن تكتشف أنّها كانت أكثر تحسّساً للقطن من أي شيء آخر. وقد ذكرت أنّه قبل خمس سنوات، عندما شُخصَ لديها الذّأب تقريباً، أُخبرَت بأنّ المواد التركيبية (الاصطناعية) كانت ضارّة، وأنّ الألياف الطبيعية مثل القطن كانت أفضل للارتداء. فتخلّصت من جميع المواد التركيبية في بيتها، واستبدلت بها القطن، بما في ذلك أغطية الأرائك والوسائد. وعندما عولجت تجاه القطن والبوليستر والخشب والنايلون وحمض الأسيتيك والفورميك والتانيك Tannic acid، تخلّصت من الآلام المفصليّة، كما تحسّن مستوى الطاقة لديها. وحينما زارت عيادة الذّأب بعد شهر، أُخبرَت بأنّها في مرحلة هدأة المرض.

أصبحت فتاة عمرها 16 سنة، في غضون أصابع قليلة، بصدفية على فروة رأسها ومرفقيها وركبتيها وظهرها، وأخذت تُعاني من ألم مفصلي واسع؛ وكانت هذه الفتاة قد أخذت تميل مؤخراً إلى تناول الأفوكات. وقد تبين أنّ لديها تحسّساً شديداً للأفوكات، حيث سبّب هذا التحسس عائقاً في خططي الطحال والكلية. وعندما عولجت تجاه هذه الفاكهة، زالت الصدفية والآلام المفصليّة عنها. ويمكن أن تسبّب أيضاً بعض أنواع الشامبو والصابون تفاعلات جلدية مشابهة.

كانت ماري البالغة من العمر 26 سنة تحت المعالجة من الذّأب في إحدى عيادات الذّأب؛ وهي عانت عادةً من آلام مفصليّة شديدة وأرق وتشوش ذهني وضعف في الذاكرة وتهيّج نفسي وآلام مفصليّة متعدّدة ومسببة للعجز. وكانت تأخذ ثلاثة أنواع مختلفة من المسكّنات كل 3 ساعات للسيطرة على الألم؛ وهي تتأثر كثيراً بالطقس الحار أو البارد جداً أو الغائم، وتبقى في مثل هذه الأيام داخل منزلهما تتناول المسكّنات والماء الدافئ. وعندما خضعت للتقييم من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضليّة في عيادتنا، تبين أنّها تتحسّس لجميع الأقمشة التي

ترتديها، ولكن ليس للأطعمة أو الأدوية؛ وقد عولجت فردياً تجاه كل من القطن والبوليستر والأكريليك والنايلون والبلاستيك والجلود. وفي نهاية الجلسات، تبين أن أعراض الذأب لديها قد تراجعت بشكل ملحوظ، كما زالت الاضطرابات الجسدية المرافقة لتغيرات الطقس أيضاً. وقد كانت تزور عيادة الذأب مرة في شهر؛ وعندما زارت العيادة بعد أن تخلّصت من التحسّس، أظهرت تحسّناً كبيراً في الاختبارات الدموية لديها، وأخبرها طبيبها بأفضل الأنباء - لقد هدأ الذأب؛ ولا تزال الحالة كذلك ومن دون أية أعراض بعد مضي ثلاث سنوات.

الذأب

عانيت على مدى السنوات العشر السابقة من ألم ذأبي شديد؛ وكنت مفصلي تؤلمني طوال الوقت، ولا أستطيع النوم، وقد تورمت مفصلي غالباً. وعندما قدمت إلى الدكتور ديفي، لم أكن في حالة جيدة أبداً، وكنت أعاني من تعب شديد وتشوش ذهني؛ فعالجتني الدكتورة ديفي تجاه جميع العناصر الأساسية؛ وبعد أن أنهيت نحو 12 جلسة من المعالجة، شعرت بالتحسن. وداًن، وبعد الكثير من المعالجات، استعنت حياتي، ولم أعذ أشكو من أي ألم، وأصبحت أخرج وأقبل أصدقائي، وأعيش حياتي الاجتماعية الآن كما كنت أحلم. وأنا أعمل محاسباً حراً، وكنت أتحسّس للورق والحبر... وهما وسائل مهنتي! والآن أنا أعمل وهذا كاملاً، وأستطيع تناول أي طعام تقريباً؛ وقبل كل ذلك، لم أعذ أشكو من الذأب مطلقاً.

التحسّس للقطن أو الذأب

أردت أن أشرك يا دكتور ديفي لقاء تخليصك لي من الآلام المفصليّة الشديدة التي صاحبت الذأب الحُملي الذي أشكو منه.

عندما عالجتني تجاه تحسّس القطن عام 1986، لاحظت زيادة فورية في الطاقة. ولم يعد لزاماً عليّ أن أنظف حلقى وأشكو من ألم مفصلي كليل وخفيف يتركني مضطرباً عاطفياً وذهنياً. وفي حين أن الاختبارات الدموية ظلت تُبدي إيجابية في العامل المضاد للنوى ANA وغير ذلك من الشذوذات المختبرية، لكن رئيس قسم الأمراض الروماتيزمية Rheumatology كان مسروراً جداً من تقلّم حالتي وتحسّنها؛ وقد تخلّصت من استعمال الأدوية المضادة للالتهاب والأوية الموصوفة الأخرى. وأنا أريد بالتعبير عن عبق امتنّبي لنورك الكبير في تحسّس صحي، وأمل أن يكون الآخرون قلائد على الاستفادة ما أمكن من أساليب العلاجية مثلي تماماً.

التهاب المفاصل الناجم عن التحسس للأقمشة

تنجم معظم الإصابات الرياضية التي نراها بين أطفال المدارس عن تحسس ما تجاه ما يأكلونه قبل السقوط، أو ما يرتدونه خلال اللعب؛ ويكون الكثير من الأطفال متحسسين للجوارب أو الأحذية أو الضبان (ما يحشئ به الحذاء) أو جبائر الساقين أو واقيات الركبة أو الأعشاب أو الأرضيات الإسمنتية... إلخ؛ فإذا اكتشفت ما تحسس له وعالجته، يمكن أن تصبح قادراً على اتقاء الكثير من الإصابات المتعلقة بالرياضة.

عانت لورنا Lorna البالغة من العمر 63 سنة من ألم العصب الوركي (عرق النسا) Sciatic neuralgia على مدى أربع سنوات؛ وكانت تعمل كممرضة تجهيز في غرفة العمليات في إحدى المستشفيات. وكان عملها يقوم على التأكد من الموجودات وملء اللوازم من قبعات وأقنعة وأردية طبية وسراويل... إلخ. وعندما رُقيت إلى هذه العمل، أخذت تشعر في نهاية الأسبوع الأول بتوعلك مع ألم شديد في العصب الوركي، واستغرق ذلك أسبوعين قبل أن تتمكن من العودة إلى العمل. ولم تظهر جميع الفحوص المختبرية والشعاعية شيئاً؛ وقد خضعت لمعالجة فيزيائية وللراحة ومسكنات الألم. وشخص الأطباء لها حالة تُدعى التهاب المفاصل النفسي الجسدي Psychosomatic arthritis، لأنهم لم يعثروا على أي شيء غريب لديها. وقد كان حزنه من هذا التشخيص، لأنها تعلم أن ألمها حقيقي، إذ لم تكن شخصية كسولة، فقد كانت تستمتع بعملها في المستشفى، وتفخر به. وفي نهاية المطاف، بدأت معظم مفاصلها تؤلمها في بعض الأيام دون غيرها.

عند تقييم حالتها، اكتشفنا أنها كانت متحسسة تجاه اللباس الموحد للممرضات (الذي الرسمي)، لا سيما الثنورة القصيرة؛ وقد غولجت على الفور تجاه زيها الرسمي، وذكرت في الزيارة الثانية أن ألمها الوركي قد توقف بعد ساعة من المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

كان دافيد David، لاعب كرة القدم البالغ من العمر 14 سنة، يعاني من وشم كاحليه بشكل متكرر؛ والسبب في سقوطه المتكرر هو: جواربه الأورلونية (نسيج من ألياف صناعية) Orlon أو القطنية وحذاؤه المصنوع من قماش القنب. وبعد أن

تنقّى المعالجة تجاه الجوارب والخذاء، لم يُعدّ يُعاني من وُثني الكاحلين المتكرّر خلال دراسته في المدرسة الثانوية. هذا، وتُعدّ الموادّ الكيميائية المستعملة في أحذية التنس، أي المركابتوبنزوثيازول (Mercaptobenzothiazole (MET) والديينزوثيازيل (Dibenzothiazyl (DBTD)، مستأرجات للكثير من النَّاس، ومن المعروف أنّها تسبّب السرطانَ عند الجرّذان.

عانت ممرّضةٌ عمرها 30 سنة من مشكلةٍ مشابهة. فقد كانت تشكو من التهابٍ شديدٍ في غمّد الوترِ Severe tenosynovitis (ألمٌ في الإبهام والمفصل السّنعيّ (البرّجمة) Metacarpal joint) في كلتا اليدين، لا سيّما في اليد اليمّنى. وقد ترقّى الألم وانتشرَ نحو مفصليّ الرّقّ والكف. وقد خضعت المريضة للمعالجة الفيزيائية على مدى 9 شهور، مع الكثير من المُسكّنات، لكنّها لم تتحسن؛ وأحالها طبيبها إلى عيادتنا. وعندما قمنا بفحصها، كانت متعطّلة وعاجزة عن العمل بسبب ألمها المبرّح وعدم قدرتها على القيام بواجبات التمرّيز؛ كما كان لديها أرقٌّ شديد بسبب الألم، وتُعاني من الرّبو.

لقد عولجت تجاه مُستأرجات مختلفة في عيادتنا بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد؛ وتحسّن الرّبو والطاقة لديها بشكل ملحوظ، وأصبحت تنام أحسن في الليل.

الألم اللّيفي العضلي

عانت لين Lynn البالغة من العمر 49 سنة من الألم اللّيفي العضلي Fibromyalgia طوالَ ثماني سنوات، حيث كانت تشكو من ألمٍ كليل (مزعج) مستمر في فخذيها وركبتيها وساقها وأخصيّ قديمها. وكان من المؤلم جداً بالنسبة لها أن تنهض من الكرسي بعد الجلوس لبضع دقائق. ولاحظت أنّ الألم يتفاقم بعدما تناولت العشاء في المطاعم، حيث تحتاج إلى المساعدة للثّهوض من الكرسي بعد العشاء. كما كانت تشكو من متلازمة تملّعل السّاقين Restless leg syndrome التي تُزعجها كثيراً في الليل، وهذا ما أدّى إلى الأرق لديها. وكانت تشكو أيضاً من صداعٍ مُتكرّر وألمٍ ظهري علوي وألم في وسط الظهر وأسفل الظهر وفي الرقبة والكف وبين الكتفين خلال النّهار. لقد كان وزنها زائداً قليلاً، مع أنّها لا تأكل سوى

وجبات صغيرة، وتشرب الكثير من الماء، وتدرّب بانتظام، وتَصوم على العَصير والماء عادةً. وقد أحالها طبيبُ العائلة إلى عدد من الاختصاصيين في مجال مكافحة الألم؛ كما زارت بعضَ العيادات الخاصة بالسيطرة على الألم في هذا البلد وفي الخارج (كندا، المكسيك، أوربا، الصّين) بحثاً عن التحسّن من أوجاعها وآلامها المبرّحة. وأُحيلت إلينا من قِبَل إحدى صديقاتها التي عولجت من قِبَلنا من الفصل العَظمي عام 1986، وما زالت خاليةً من آلام التهاب المفاصل.

وفي عيادتنا، جرى تقيّمُها بشكل شامل باستعمال اختبارات نامودرياد العضليّة؛ وكانت ترتدي زياً أسودّ جميلاً ومرصّعاً بالآليّ حولَ عنقها وفي أحد معصمَيْها، وساعةً ذات قرص أسود مدرّج وشريط أسود؛ كما كانت تُضع خصلةً شعر سوداء وتحمل حقيبة يد وتتنعل حذاءً أسود. وتبيّنَ لنا أنّها لم تُكُنْ تتحسّن للكثير من الأطعمة؛ وأظهرت الاختبارات أنّها تتحسّن قليلاً للمجموعات الأساسية الخمس وفقاً لطرائق إزالة التحسّس بحسب نامودرياد، وتتحسّن بشكل متوسط لمزيج الملح وملح الطعام؛ لكنّ المثير للاستغراب أنّها أظهرت تحسّساً شديداً للون الأسود.

واستناداً إلى لين، فقد بدأت تكسب بعضَ الكيلوغرامات الزائدة قبل ثماني سنوات، وأخذت ترتدي الأزياء السوداء منذ ذلك الحين لتظهر ناحلةً. وكان زوجها يجمالُها، وبدأ الآخرون يلاحظونها عندما تكون بالزّي الأسود، ولذلك أخذت تميل إلى اللون الأسود شيئاً فشيئاً، حتّى إنّها اشتريت بطائن سوداء للسرّة وثياب نوم سوداء وملابس داخلية سوداء؛ واستطاعت أن تتذكّر بسهولة بدء أعراض الألم العضلي الليفي، حيث كان ذلك بعد بضعة أسابيع فقط من التحوّل إلى الثياب السوداء.

وداعاً لالتهاب المفاصل لديّ!

لقد عانيتُ من التهاب مفصلي شديد في ركبتي اليمنى طوال سنة، وجرّبت أنواعاً مختلفة من المعالجة الطبيّة؛ وقد حدثت حركتي، وكنّت أجد صعوبةً في صعود الدرج، ولا أستطيع في الليل أن أعطي ركبتي بالملاحة (الشّرشف)، فقد كان الطّواء الخفيف مؤلماً جداً لها. ولقد سررت كثيراً بعد المعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامودرياد لمدة 6 أسابيع على يد الدكتور نوراتوس هوراس Noratus Horas في جاكوتا، فقد تخلّصتُ من ألم ركبتي، وأستطيع الآن أن أذهب إلى العمل، وقد قال الناس والاصدقاء إنّني أبدو أكثرَ نضرةً وشباباً؛ فشكراً لك كثيراً.

لقد نُصَحَتْ بأن تَتَجَنَّبَ ارتداء الأسود لبضعة أيام، وتحوَّلت إلى ألوان أخرى مناسبة أكثر؛ فنَقَصَ ألُها بنسبة 50٪ لمجرَّد تجنُّب اللون الأسود. وأخيراً، عُولِجت تجاه اللون الأسود، وبدأت بارتداء الأزياء السَّوداء بين الفينة والفينة. وهي لا تزال خالية من آلامها غير المألوفة.

الآلَمُ فِي الْمَفْصَلَيْنِ الصُّدْغِيَيْنِ الْفَكِّيَيْنِ السُّفْلِيَيْنِ

يُعَانِي الكَثِيرُ مِنَ النَّاسِ مِنْ أَلَمِ الْمَفْصَلِ الصُّدْغِيِّ الْفَكِّيِّ السُّفْلِيِّ *Temporo-mandibular joint*، وقد عالجَتْ العَدِيدُ مِنْ هَذِهِ الْحَالَاتِ. وَيُعَدُّ مَضْغُ اللَّبَانِ (العَلَكَةُ) *Chewing gum* أَحَدَ أَكْثَرِ الْأَسْبَابِ شُبُوعاً لاضْطِرَابَاتِ الْمَفْصَلِ الصُّدْغِيِّ الْفَكِّيِّ السُّفْلِيِّ. وَتُعَدُّ التَّوَابُلُ وَالْمَلْحُ وَالسُّكَّرُ مِنَ الْعُنَاصِرِ الْقَلِيلَةِ الْآخَرِ الَّتِي تُسَاهِمُ فِي هَذَا الْأَلَمِ.

وَتُظْهَرُ دَرَاثَاتُ الْحَالَاتِ الْفَعْلِيَّةِ أَنَّ الْإِلْتِهَابَ الْمَفْصَلِيَّ وَالْآلَامَ الْمَفْصَلِيَّةَ يُمْكِنُ أَنْ تَكُونَ نَتِيجَةً لِأَيِّ مِنَ الْحَالَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ (الْأَرْجِيَّاتِ)؛ وَعِنْدَ تَفْحُصِ أَسْبَابِ الْإِلْتِهَابِ الْمَفْصَلِيِّ، لَا بَدَّ مِنْ اسْتِقْصَاءِ احْتِمَالِ التَّحْسُّسِ تَحَاةِ الْأَطْعَمَةِ وَالْأَقْمَشَةِ وَالْمَنْظَفَاتِ وَمُلَيِّنَاتِ الْأَقْمَشَةِ وَالْمَوَادِّ الْمَلَوَّنَةِ الْمُخْتَلِفَةِ وَالْمَوَادِّ الْبَيْئِيَّةِ وَالْحَيَوَانَاتِ وَالْأَشْخَاصِ... إلخ. وَالْيَوْمَ، عِنْدَ تَعَقُّبِ السَّبَبِ الْجَذَرِيِّ، يَكُونُ تَجَنُّبُهُ كَافِياً لِلتَّحْسُّنِ، وَتَسْتَطِيعُ الْمَعَالِجَةُ بِطَرَائِقَ إِزَالَةَ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُبُودَرِيَادِ أَنْ تَزِيلَ السَّبَبَ الْجَذَرِيَّ الْمُتَعَلِّقَ بِالتَّحْسُّسِ أَيْضاً. وَهَذِهِ الطَّرِيقَةُ، تَسْتَطِيعُ أَنْ تَنْخَلِّصَ تَمَاماً مِنْ جَمِيعِ الْمُسْتَأْرَجَاتِ مِنْ دُونِ تَأْثِيرَاتٍ ضَارَّةٍ، كَمَا تَسْتَطِيعُ أَنْ تَقُولَ وَدَاعاً لِلْاضْطِرَابَاتِ الْمَوَلَّيَّةِ!

الفصل السابع عشر

التَّحَسُّسُ (الأَرَجِيَّةُ) والجهازُ البَوَلِيُّ التَّنَاسَلِيُّ

كما ذكرنا سابقاً، لا يوجد مرضٌ بشري لا تساهم فيه العواملُ التحسُّسية (الأَرَجِيَّةُ)؛ كما أن الاسقضاءات الإضافية للحالات التحسُّسية والأمراض البشرية تُظهر اضطرابات جديدةً ناجمة عن تفاعلات تحسُّسية مختلفة. كما قد يُصاب أيُّ عُضْوٍ أو جُزءٍ من الجسم، وقد تتفاوتُ الاستجاباتُ التحسُّسية بشكل كبير. ولقد تَبَيَّنَ الآنُ أن بعضَ الأمراض غير المعروفة سابقاً هي من منشأ تحسُّسي كلياً أو جُزئياً. ويمكن أن تنجم بعضُ الأمراض عن بعض الحالات التحسُّسية والتأثيرات الثانوية للتفاعلات التحسُّسية، مثل مشاكل المثانة والكلية وخلل الوظيفة الرحمية والكيسات المبيضية والقُصُور الهرموني والتَّزَفُ الرحمي الشاذ وانقطاع الطمث (الضَّهَى) وتخلخل العظام بسبب العَوَزِ الهرموني والمتلازمة السَّابِقَةُ للحيض واضطرابات سنِّ اليأس (الإياس) والعُقْم والألم الحوضي والالتهاب الحوضي والتهاب المهبل بالمبيضات والأنماط الأخرى لالتهاب المهبل والتَّأَلِيل وانتباز البطانة الرحمية ووجع الفرج ومتلازمة الاحتقان الحوضي والألم الحوضي غير الدَّوْرِي (غير الطَّمْثِي) وألم منتصف الدورة والألم الدَّوْرِي (الطَّمْثِي) والهربس البسيط والقروح التناسلية والكيسات والأورام وعَدَوَى الأعضاء التناسلية والسرطان وتضخُّم أو فرط تنسُّج الأعضاء التناسلية الذكرية أو الأنثوية... إلخ.

تتفاوتُ أعراضُ التحسُّس من شَخْصٍ إلى آخر؛ وهي تعتمدُ على عددٍ من العوامل، مثل حالة الجهاز المناعي ودرجة إصابة الأعضاء والأجهزة والعمر والعوامل الوراثية.

تسبب الكثير من الأعراض التي تُصيب السبيل البولي التناسلي عن التحسُّس للطعام. ولا بدَّ من تحرِّي حالات التحسُّس للطعام عندما يأتي الشخصُ شاكياً من عدوىٍ مثنائية أو كلوية حادة. وقد أتت إلى عيادتنا أنثى بعمر 19 سنة متزوجة قبل شهرين، وهي تشكو من ألمٍ شديد في أسفل ظهرها منذ خمسة أيام. كما عانت في اليوم الخامس من نوافض Chills وحمى. دون الشكوى من التبول المتكرر أو المولم. ممَّا يستبعد احتمال العدوى المثنائية؛ ولكنها كانت تشكو من صداعٍ جبهيٍّ شديد. وقد كانت الاختبارات الدموية طبيعية، إلا أنَّ تحليل البول أظهر عدوى كلوية محتملة. وأعطيت الأسبرين كلَّ أربع ساعات لتخفيف الحمى، والأميسيلين (مضاد حيوي) للتخلُّص من العدوى، وكانت تشرب كثيراً من الماء، واستراحت في المنزل لبضعة أيام لاحقة.

بدأت الحمى والعدوى لديها بالتراجع، وشعرت بأنَّها أفضل نوعاً ما؛ وفي اليوم الثالث، شربت بعض شاي الأعشاب المصنوعة من الحلبة؛ وفي غضون عشر دقائق، بدأت تشعر بنوافضٍ داخلية مع ظهور رعدة Rigor شديدة دامت نحو أربعين دقيقة؛ وفي نهاية الرعدة، ارتفعت درجة حرارتها حتى 105 فهرنهايت (40.5 درجة مئوية)، رغم الأسبرين والأميسيلين؛ وفي هذه المرحلة، تذكَّرت شربها لشاي الأعشاب. وأجرى عليها زوجها اختباراً لمعرفة ما إذا كانت مصابة بالتحسُّس (الأرجية)، وكانت النتيجة إيجابية. وعلى الفور أحضرا العينة المُشْتَبَهة إلى العيادة، وأثبتت الاختبارات في العيادة النتيجة الإيجابية المتمثلة في أنَّ التحسُّس كان يؤثر في خط الكلى والكلى نفسها، وقد عولجت تجاه الحلبة⁽¹⁾ Fenugreek؛ فانخفضت درجة حرارتها إلى المستوى الطبيعي في غضون 35 دقيقة من المعالجة، ولم ترتفع من جديد. وبالرجوع إلى الماضي، تذكَّرت أنَّها بدأت بتناول شاي الأعشاب هذا قبل يوم واحد من بدء ألم الظهر. وهذا ما أثبت تشخيصنا من أنَّ مشروب الأعشاب كان السبب في العدوى الكلوية، وتحسَّنت الحالة بعد التخلُّص من التفاعل التحسُّسي. والآن، وبعد مضي 12 سنة، هي تشرب هذا المشروب المفضَّل المحضَّر من الحلبة من دون أي تفاعلٍ ضار.

(1) الحِلْبَةُ جِنْسٌ ثَبَاتٍ مِنَ الْقَرْنِيَّاتِ (م).

عائى رجلٌ عمره 49 سنة من التبول المتكرّر على مدى عدّة سنوات؛ وكان يشكو في بعض الأيام من مشاكلٍ شديدة، حيث يستيقظ للتبول ثماني مرّات على الأقل خلال الليل؛ وقد جرّبَ معالجات مختلفة لهذه المشكلة، بما في ذلك المعالجات الطّبيّة الغربيّة بالمضادّات الحيويّة المختلفة (ولم ينفع منها شيء) وأدوية المعالِجة المثليّة والأدوية العشبيّة، وحتّى الوخز الإبري المباشر؛ ولكن لم يتحسّن بأيّ منها. وفي عيادتنا، أظهرت الاختبارات بطرائق نامبودرياد العضلية وجود تحسّس شديد لمعظم الأطعمة؛ وقد عولجَ تجاه القمح والسكر والحديد والخضار واللّحوم والحليب والبيض... إلخ؛ واستمرّت مشكلته، لذلك طلبنا منه أن يحتفظ بمفكّرة طعاميّة Food diary؛ فأظهرت هذه المفكّرة أنّه يستعمل كمّيات كبيرة من المحلّيات الاصطناعيّة؛ وقد عولجَ بالنسبة إلى السكرارين Saccharin (أحد المكونات في المحلّيات الاصطناعيّة)، فشعر بالتحسّن بعد أوّل 18 ساعة، ثمّ بدأت الأعراضُ بالعودة من جديد. لقد خسرَ المعالجة (فالدماغ لم يسجّل لسبب ما المعرفة الجديدة). وبعد عشر جلسات علاجيّة متعاقبة، اختفى التهيجُ الثاني المزمن؛ وهو الآن لا يشكو من التهيجِ الثاني رغم أنّه يستعملُ المحلّيات الاصطناعيّة من جديد.

عائى عاملٌ طباعة عمره 46 سنة من تبولٍ متكرّر ومؤلم، مع حمّى وألمٍ ثماني شديد ومغصٍ بطني وقرحة ووجع في المفاصل وعصبيّة شديدة؛ وكانت أعراضُ الحمّى تختفي عندما يتوقّف عن الطباعة، فقد تبينَ أنّ أبحرة الدّهْن هي المسبّبة لمشكلته في هذه الحالة.

وفي بعض الحالات، يمكن أن يؤدّي تحسّسُ السبيل البولي (تجاه الطعام أو أحد المُستنشقات) إلى التهاب الجلد وإكزيمة المنطقة التناسليّة أيضاً، حيث يُفرغُ المُستأرجُ في البول، ويصبح على تماس مع أعضاء الجهاز البولي، ممّا يؤدّي إلى حالات تحسّسية جلديّة. كما أنّ الناحية الشرجيّة تؤدّي إلى حالات تحسّسية جلديّة أحياناً؛ وفي هذه الحالات، يُفرغُ المُستأرجُ المهيج في البراز؛ وقد كانت هذه حالة ولد عمره سنتان يشكو من قرحات نازّة حول منطقة الشرج؛ فقد بدأ بتناول البيض المسلوق على الفطور قبل شهر، وظهرت لديه أعراضٌ شبيهة بالزكامٍ لمُدّة أسبوع في البداية؛ وعندما توقّف عن ذلك، بدأ يشكو من ألمٍ خلال التبول

والتغوط، وأصيبَ بطفحٍ أحمر وحكةٍ حولَ الشَّرَج. وشَخَّصَ طبيبُ العائلة المشكلة على أنها نتيجة للاختشار بالديدان (عدوى بالديدان) Worm infestation. وبما أن العائلة زارت مؤخراً إحدى البلدان النامية، فقد كان التشخيص معقولاً جداً.

لم تُظهر الفحوصُ المختبرية أية نتائج إيجابية للديدان؛ وقد عولجَ مدة شهر دون أية نتائج. وأخيراً، جاءت به أمه إلى عيادتنا للتقييم؛ وأظهرت الاختبارات وجودَ تحسُّسٍ شديدٍ لديه تجاه البيض. واندملت جروحُه وتوقفت الحكة بعد 72 ساعة من حذف البيض من طعامه. ثمَّ عولجَ من البيض بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET، فاخفتت الإكزيمة التي كانت قد بدأت بالظهور على مفاصل رُسغيه وكاحليه بعدَ معالجته تجاه البيض.

تُعَدُّ البيلة الدموية Hematuria (وجود الدَّم في البول) حالةً أخرى في السَّبيل البولي يمكن أن تنجمَ عن التحسُّس (الأرجية)؛ فقد عانى رجلٌ عمره 32 سنة من صداعٍ شديدٍ وغثيانٍ وقِيءٍ وحموضة معدية وتَحَشُّو على مدى 12 سنة. ثمَّ أُصيبَ لاحقاً بالحمى الشَّديد في خاصرته أيضاً، وأصبح يُفرِّغ لعدة شهور كمية هائلة من الدَّم خلال التبول؛ كما اشتكى من تضخُّم طفيف في البروستات (الموتة). وكانت جميعُ الاختبارات (بما في ذلك التفرُّس المقطعي المُحوسَّب CAT scan) سلبية، عدا وجود الدَّم في البول. وبقيَ في المستشفى لمدة شهرين لإجراء الاختبارات والمراقبة، من دون تغيير في حالته. وأخيراً، أُرسلَ إلى المنزل. وبعدَ أسبوع، أُصيبَ بتورُّمٍ في قَدَميه تحت الكاحلين، ممَّا جعل ارتداء الحذاء صعباً عليه؛ واشتدَّ الصداع وأصبح أكثرَ تواتراً، وبدأ يعاني من أرقٍ شديد.

عندَ هذه النقطة، قُدِّمَ إلى مكتبنا للوخز الإبري بهدف تحسين الصداع لديه؛ وقد وُجدَ بالتَّقييم الشَّامِل أن لديه تحسُّساً تجاه الحنطة والشَّمَام (الكنتلوب) Cantaloupe والخيار والبصل. وعندَ استجوابه، ذكَّرَ الرَّجُلُ أنَّه اعتادَ على أكل بصلصة حمراء طازجة مع كلِّ وجبة. وبدأت هذه العادة قبلَ 12 سنة عندما قرأ في مجلَّة صحِّية بأنَّ أكلَ بصلصة واحدة يومياً يمكن أن يقيَ من مرض القلب بسبب خصائص البصل المنظَّفة للدَّم. ومنذ ذلك الحين، استمرَّ في أكل البصل، وكانَ هذه هو السَّبب الرئيسي في مشكلته الصحيَّة على مدى 12 سنة.

هل يمكن أن يكون التبول المتكرر بسبب الأرجيات (التحسس)؟

لقد كان مفاجأة حقيقية - مع أنها سارة جداً وواعدة في علم المرض والتأثير اليوم - ملاحظة كيف شخّصت الدكتور ديفي الصفات التحسسية لأية مادة في الشخص باستعمال طريقة بسيطة جداً وعملية؛ ويمكن تعلم هذه الطريقة بسهولة من قبل أي شخص عادي لمساعدة نفسه على الإفلات من الكثير من التفاعلات المرضية وحتى الجسدية في جسمه تجاه المواد الأرجية (المحسسة) التي تتفاوت بالطبع من فرد إلى آخر.

وهناك ما هو مفاجئ أكثر، وهو الطريقة البسيطة جداً (مثلما يراها الشخص العادي على الأقل) التي تبينها لتعزيز المناعة عند الشخص تجاه المواد التي يتحسس لها؛ ففي حلتي الشخصية، لقد عولجت من مشاكل مزمنة كانت تؤرقني لفترة طويلة، مع أنني لم أكن متأكدًا من كونها مزمنة لم لا؛ فقد كانت لدي مشكلة مديدة مع الجهاز البولي لدي. ونتيجة للمعالجة على يدي الدكتور ديفي، نقص تواتر التبول غدي إلى الخمس أو أقل أحياناً؛ وكان ذلك تحسناً كبيراً بالنسبة لي. وبالمثل، كنت أعطس وأصاب بالزكام، لا سيما في الصباح، واستمر ذلك عدة سنوات رغم كثرة الأنوية؛ ولقد اختفت هذه المشكلة تقريباً الآن. وأكثر من ذلك أصبحت أعلم كيف يمكن أن يكون الشخص متحسّساً لأعداد كبيرة من المواد المستخلصة يومياً، مثل الفواكه والخضار، وربما لكل الأشياء الصالحة للأكل والنياب... إلخ، والتي كانت تُعدّ غير ضارة دائماً. وتساعد طريقة تخنيد المواد المحسسة كثيراً، حتى إذا لم نعالج، وتقود الفرد إلى حياة مريحة أكثر وخلالية من المشاكل. إنها بصيص أمل للكثير من الناس في هذه الأوقات العصيبة.

عانت امرأة عمرها 39 سنة من مشكلة مثانية على مدى 22 سنة، لكن الاختبارات الجلدية لم تُظهر وجود تحسس؛ كما عانت من صداع الشقيقة. وقد كانت تشكو منذ الطفولة من التهاب الجيوب وسيلان الأنف. وهي كانت تشعر بحرقه في المثانة وألم في أسفل البطن، مع تبول متكرر ومؤلم. ولم تكن قادرة أحياناً على التبول، وكان عليها أن تذهب إلى قسم الطوارئ أو إلى عيادة الطبيب لتوسيع الإحليل. ومع أنها كانت تتوقع دائماً تأثير بعض الأطعمة فيها، لكن لم يكن أي اختبار جلدي إيجابياً للتحسس، ولم يستطع أحد أن يفعل لها شيئاً. وأخيراً، أتت إلى عيادتنا؛ وأشارت طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية NTT إلى أن لديها تحسساً للبيض والبصل والبطاطا والحمضيات والحنطة والقرنبيط والملفوف واللوبز

والكُمثرى والقرفة والمشروبات الكحولية والأقمشة كالقطن والبوليستر والجلود. وبعد 22 سنة من المشاكل، عولجت بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، وتحسنت حالتها تماماً.

يَنحُم سَلَسُ البَوْل (أو بَوْل الفراش) Enuresis، وهو مشكلة هامة عند المريض وعائلته، عن التحسس عادةً. وقد كان ولد عمره 13 سنة لديه حالة شديدة من سَلَسِ البَوْل والتهاب الجيوب مُتَحَسِّساً للحنطة والأرز وبُقُول الغاربانزو Garbanzo beans والدجاج والبيض والفليفلة والسكر واللبن (العَلَكَة)؛ كما تبين أن لديه تحسساً لجميع الأقمشة التركيبية. وعندما عولج بالنسبة إلى جميع هذه الأشياء بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، تَوَقَّفَ بَوْلُ الفراش لديه.

لقد وُجدَ، في حالة ولد عمره 9 سنوات، أن البرتقال كان المُتَّهَم في إحداث بَوْلِ الفِرَاش؛ بينما وُجدَ أن التحسس للأفوكاته والقرنبيط والعنب والكتلوب (الشَّمَام) هو السَّبَب في سَلَسِ البَوْل عند طفل عمره 6 سنوات. كما تبين أن هذه المشكلة ناجمة عن التحسس للریش وَلِفاع صوفي للعُنُق والشوفان والأرز واللبن عند فتاة عمرها 12 سنة.

تُعَدُّ الكيساتُ في المبيض إحدى المشاكل الشائعة التي تُشاهد في النساء المُخَصَّصات؛ وهذه ما كانت عليها الحالُ عند أنثى عمرها 32 سنة تُعاني من آلام مَبِيضِيَّة مُتَكَرِّرَة ناجمة عن أورام وكيسات مَبِيضِيَّة. وقد اعتادت على تناول المسكنات والمضادات الحيوية، وكان عليها أن تبقى في البيت بلا عمل غالباً. وقد تبين أن هذه المرأة متحسسة للصويا Soy ومُنتجات الحليب؛ وزالت النوبات الأليمة لديها بعد المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. ولم تُعان من وقوع كيسات أو أورام مَبِيضِيَّة أو رحمية مؤلمة أخرى بعد سنتين؛ كما اختفت المتلازمة السابقة الشديدة للحَيِض أيضاً.

كانت امرأة عمرها 35 سنة تعاني من ورم بحجم البرتقالة في رَحِمِها؛ وهي تَتَعَايش معه منذ 8 سنوات، لأنها رفضت أية جراحة خوفاً من أن يصيبها ما أصاب أُخْتَهَا التي ماتت عندما خضعت للجراحة من ورمٍ مماثل في الرَّحِم.

اخْتُبِرَت هذه المرأة، فكانت الاختباراتُ إيجابيةً للتحسُّس تجاه جميع الخضار
الخَضْرَاءِ والسَّمَكِ والحليب واللَّحْمِ ومُنتجات الصُّويا وزُيُوت الخضار والكافيين
والشُّوكولاته. وبعْدَ أن عُولِجت من الأشياء المذكورة آنفاً، وُضِعَت على تَرْكِيبةٍ
عُشْبِيَّةٍ صينيَّةٍ خاصَّةٍ لتقوية الرحم وإزالة الأورام. وفي صبح أحد الأيام، استيقظتُ
ووجدت نفسها قابعةً في بركة من الدَّم، وكانت الكتلةُ التي هي بحجم البرتقالة في
وسط الدَّم. لقد طَرَحَتها في أثناء نَوْمِها.

كانت مارغا Marge، البالغة من العمر 34 سنة، تأتي على مدى السنتين
الماضيتين إلى عيادتنا للمعالجة من حينٍ إلى آخر بسبب مشاكل صحيَّةٍ مختلفة.
وخلال الفحص الطَّبِّي العام السنوي عند طبيبتها النسائيَّة، اكتشفتُ أنَّ لديها
كيسةً (وَرَمًا) مبيضةً بحجم 2×3.5 سم في الجهة اليُسرى؛ واقترحت الطبيبةُ
عليها إزالتها، فأتت مباشرةً إلى عيادتنا وهي تَبْكِي.

أظهرت طرائقُ اختبارات نامبودرياد العضليَّة أنَّ الكيسةَ لديها ناجمةٌ عن نوعٍ
خاص من القهوة تحوَّلت إليه حديثاً؛ وقد حَصَلْنَا على عينةٍ من القهوة، وعالجناها
بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد NAET على مدى 3 أيامٍ لاحقة. وبعْدَ
أسبوعٍ من إتمام المعالجات، لم يكتشف فائق الصَّوت (الإيكو) Ultrasound الورمَ
المزْعوم، ولا يزالُ هذه الورمُ غائباً بعدَ خمس سنواتٍ من تلك الحادثة.

ترتبطُ معظمُ حالات العدوى بالخمائر Yeast infections المُشاهدة في المنطقة
التَّناسليَّة بالتحسُّس؛ وقد لا تكون عدوى حقيقيَّة بالخمائر في الكثير من الحالات،
لأنَّ بعض التَّفاعلات التحسُّسية (الأرجيَّة) تقلِّد هذه العدوى.

يَوْلُ الفراش!

لقد جربنا كلَّ ما نستطيع لمساعدة ابنتنا على التوقُّف عن تَلِيل الفراش. فقد جربنا المعالجة
المبتدئة والدواء العشبي وإبقائه كلَّ ساعتين... إلخ. وكان مُخرِجاً من نفسه. وأخيراً، وجدنا
طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، حيث تبينَ للدكتورة ديفي أنَّ مشكلته كانت بسبب
التحمُّس لأطعمة وأقمشة مختلفة وللمنظفات. وبعد معالجته تجاه المجموعات العشر
الأساسية، لم يعد يبلل ملابسه نومه وفراشه.

النزفُ الرحمي المتأخر بالوزن!

بدأ النزفُ الرحمي في الشهر الثالث من حملي. وطلبت مني طبييتي النسائية إنهاء حملي بسبب شدة النزف، فرفضت تصديقها، ولذلك استشرت الدكتورة ديفي التي تعقبت النزف، ووجدت أنه نلجم عن حلويات اللوز التي أكلتها على مدى يومين قبل بدء النزف مباشرة. فقد كنت مولعة بهذا النوع من الحلويات خلال حملي. وعندما عولجت من التحسس لهذه الحلويات الخاصة، توقف النزف في غضون بضع ساعات. واحتفظت بحملي حتى نهائيه من دون أية تقييدات مرضية؛ وطفلي الآن في العاشرة من عمره، وهو طفل سليم ونكي جداً.

التحسس لمنتجات الألبان

كنت آتي إلى الدكتورة ديفي نامبوريلد على مدى سنتين؛ ومن خلال مشاهدة الفوايد المحفوظة عند الكثير من المرضى الآخرين (بمن في ذلك الأصدقاء المقربون وزوجي)، لاحظت شفاء شخصياً لعدد من المشاكل الهامة التي لم يستطع الأطباء التقليديون فهمها، شفاء أبسط بكثير.

1. لقد عانيت من الكيسات المبيضية على مدى 16 سنة، ووصف لي الأطباء أقراص منع الحمل طوال هذه الفترة الزمنية للسيطرة على المشكلة، لكن من دون أية فكرة عن السبب؛ وكانت المعالجات البديلة هي أقراص منع الحمل أو استئصال الرحم Hysterectomy. ورأت الدكتورة ديفي أن هذه المشكلة حصلت من قبل، ووجدت أن السبب هو تفاعل شديد لمنتجات الألبان، وقد أنت معالجتها إلى إزالة هذه المشاكل.

2. لم ينظف جلدي فعلياً منذ المراهقة، لا سيما خلال الصيف؛ وقد تعلمنا منذ ذلك الحين بأنه عندما تهيج الأشياء معني أو أمتعني، يظهر الطفح على جلدي.

3. كما تبين أيضاً أن الكثير من أعراض "المشاكل" الشائعة، مثل الصداع والاعتاب والتعب ونزلات البرد (الزكام) والتهاب القصب والحنوى المزمنة والمهبلية، ناجمة عن تفاعلات تحسسية، وقد أزيلت بمعالجات الدكتورة نامبوريلد.

كانت امرأة عمرها 51 سنة تعاني من هذه الشكوى على مدى 12 سنة الماضية، وتبين أن لديها تحسساً للسراويل القطنية الداخلية. كما كانت امرأة عمرها 44 سنة تتحسس لورق المراحيض. وكان التحسس لسدادات الجروح (المدهسات) Tampons والمناديل الصحية السبب في عدوى بالخمائر عند امرأة أخرى أيضاً. وبعد المعالجة،

زالت مشكلة الخمائر المُزَعَجَة التي كانت تُورِّقها على مدى ستين. ووجد أن امرأة أُخرى عمرها 41 سنة كانت تتحسّس للقهوة المُزَالَة منها الكافيين Decaffeinated coffee التي تشربها يومياً. وأدّى هذا التفاعل التحسّسي إلى مشكلة مهبلية بالخمائر. كما عانى رجلٌ عمره 37 سنة من عدوى الخمائر وقرحات في المنطقة التناسلية على مدى سبع سنوات، وقد زال ذلك بعد المعالجة من التحسّس للحنطة والسكر.

وفي الكثير من الحالات، ينجم العقم عن التحسّس (الأرجيئات). ولقد حاولت امرأة عمرها 27 سنة من دون جدوى الحمل بطفل طوال ثماني سنوات. وأظهرت نتائجنا المخبرية أن لديها تحسّساً تجاه الفيتامين A والفيتامين F والحديد والمركّب (الفيتامين) B والشوكولاته. وبعد معالجتها من التحسّس، حملت في غضون أربعة شهور.

حاول رجلٌ عمره 28 سنة، لديه نقص في تعداد الطّاف، إنجاب طفلٍ من زوجته طوال السنين الأربع الماضية؛ واكتشفنا أن لديه تحسّساً للحليب والفواكه والخضار والحنطة والفيتامين A. وبعد المعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد، نصحنه بتجربة أقراص "شو وو بيان" Shou Wu Pian (عشب صيني لاستعادة الحيوية والقوة)؛ فاتصل بنا، بعد ثلاثة أشهر ونصف، ليخبرنا بأن زوجته حامل بطفله.

حاولت أنثى عمرها 32 سنة، مُصابة بحالة شديدة من الانتباذ البطاني الرَّحِمِيّ Endometriosis، الحمل بطفل طوال 12 سنة من دون جدوى؛ وقد جرّبت معالجات مختلفة للعقم من دون فائدة. وأخيراً، جاءت إلى مكيننا، حيث اكتشفنا أنها تعاني من المتلازمة السابقة للحيض بدرجة شديدة بسبب الانتباذ البطاني الرَّحِمِيّ والتهاب الجيوب. وكانت مُتَحَسِّسَةً للكثير من الأطعمة والأعشاب وغبار الطلع والقطن والبوليستر، وحتى لمي زوجها. وبعد إكمال معالجات التحسّس، خضعت للجراحة لاستئصال نسيج ندي في البطن ناجم عن الانتباذ البطاني الرَّحِمِيّ؛ ثم وصفنا لها تركيبة خاصة من الأعشاب الصينية "تركيبة تانكوي وبيوني" Tankuci and Peony Formula (متوفرة في أعشاب اللوتس Lotus Herbs في غرب كوفينا West Covina، وأعشاب بريون Brion Herbs في مدينة إيرفين Irvine) لتنظيم وظائفها الهرمونية. وفي غضون خمسة أشهر، أصبحت حاملاً، ولديها الآن فتاةٌ صحيحةٌ وجميلة.

المتلازمة السابقة للحيض والمصّ البطني PMS and Abdominal Cramps

عندما جُلبتْ لأوّل مرّة لبنتي كريستا Crista البالغة من العمر 15 سنة لزيارة الدكتورّة بيلي، أُجريت لها اختبارات طبيّة بقيمة 1000 دولار لاكتشاف سبب المصّ والألم المزخّن في البطن. وقد كانت تميل إلى السكر وتناول منه الكثير يومياً بشكل مختلف، وتشعر بالإرتياح بعض الشيء عند تناوله. لذلك، لم أَسْتَطِعْ إبعادها عن المُنْتَجَتِ السُكْرِيّة. وبعد خمس جلسات من المعالجة بطرق إزالة التشنّج بحسب نامبودرياد، لم تُعَذِّبْني من الألم أو المصّ ثانية، كما لم تُعَذِّبْني السكر، وزالت عنها المتلازمة السابقة للحيض التي دامت ست سنوات.

ترتبط الثآليل المهبليّة Vaginal warts بالأرجيّات (التّحسّس). وفي حالة امرأة عمرها 42 سنة، تبيّن أن الملابس القطنيّة الداخليّة كانت السبب في ذلك. كما وُجِدَ أن هناك تحسّساً لمنتجات الصّويا لدى امرأة عمرها 22 سنة ذات سوابق للثآليل المهبليّة على مدى أربع سنوات. هذا، وتؤدّي المُنْتَجَاتُ المحتوية على الأشرطة المطاطيّة Elastics، في الكثير من النّاس، إلى ثآليل أو طعّوات جلديّة (بروزات) Tags على أيّ جزء من الجسم على تماسٍ معها.

عانى رجلٌ عمره 62 سنة من ألم شديد ومستمر عبر أسفل البطن، فوق الارتفاق العانيّ Symphysis pubis، طوال أربعة شهور. وقد ربط المؤلف المشكلة بتفاعل ناجم عن خزام الجلد الغالي الثمن الذي تلقاه في عيد ميلاده قبل أربعة شهور؛ وقد زال الألم بعد أن عُولجَ بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد.

تُعاني الكثيرات من النّساء من المتلازمة السّابقة للحيض Premenstrual syndrome (PMS)؛ وتبدأ المشكلة عند بعض النّساء قبل أسبوعٍ من الدّورة الطمثيّة، وتستمرُّ أربعة أو خمسة أيّام بعدها. ويمكن مشاهدة سلسلة من المشاكل الصحيّة في اللواتي يعانين من المتلازمة السّابقة للحيض. وتشتمل بعض المشاكل الصحيّة المشاهدة بشكلٍ شائع مع المتلازمة السّابقة للحيض على: زيادة الوزن، الميل إلى الحلويّات والملح والتوابل الحارّة، التّطبّل، التّعب، المصّ في أسفل البطن، الغثيان، تذبذب المزاج، وغير ذلك.

يرتبط الميل إلى السكر بالعوائق في خطّي الطّحال والمعدّة؛ ويمكن أن يعاني هؤلاء المصابون من التّطبّل والغثيان والمصّ الكليل (المرعج) بعد بدء الدّورة الطمثيّة، ومن بُثّر على الوجّه والرقبة ونزفٍ مديد وخفيف (8 - 10 أيّام).

المُتَلَزِمَةُ السَّابِقَةُ لِلْحَنِضِ وَصُدَاعُ الْجَنْوِبِ

قَبْلَ الْمَعَالِجَةِ بِطَرِيقِ إِزَالَةِ التَّحَمُّسِ بِحَسَبِ نَامُودَرِبِيد، كَانَ لَدِي صُدَاعُ كُلِّ شَهْرٍ قَبْلَ دَوْرَتِي الطَّمْنِيَّةِ بِدَوْمِ 4 - 5 أَيَّامٍ بَعْدَ بَدْءِ الدَّوْرَةِ؛ كَمَا كُنْتُ أَعَانِي مِنْ نَوْبَاتٍ مُتَكَرِّرَةٍ مِنْ التَّهَابِ الْقَصَبَاتِ وَالْمِ اسْفَلِ الظَّهْرِ الْمَزْمِنِ خِلَالِ تِلْكَ الْفَتْرَةِ. وَبَعْدَ الْمَعَالِجَةِ تَجَاهَ مَزِيْجِ الْفَيْتَامِينِ C وَمَزِيْجِ السُّكَّرِ وَمَزِيْجِ الْمَلْحِ وَمَزِيْجِ الثَّوَابِلِ، لَمْ أَغْدُ اشْكُو مِنْ الْمُتَلَزِمَةِ السَّابِقَةِ لِلْحَنِضِ.

يَرْتَبِطُ الْمَيْلُ إِلَى الْأَطْعَمَةِ اللَّادَعَةِ، مِثْلَ الْبَصْلِ وَالثُّومِ... إلخ، بِالْعَوَائِقِ فِي خَطِّي الرِّئَةِ وَالْأَمْعَاءِ الْغَلِيظَةِ. وَقَبْلَ الدَّوَرَاتِ الطَّمْنِيَّةِ أَوْ فِي أَثْنَائِهَا، يُمْكِنُ أَنْ يَعْانِيَ هَؤُلَاءِ النَّاسُ مِنْ ضَائِقَةٍ تَنْفُسِيَّةٍ خَفِيفَةٍ إِلَى شَدِيدَةٍ وَزُكَّامٍ (نَزَلَاتُ بَرْدٍ) وَمَشَاكِلَ فِي الْجَنْوِبِ. وَقَدْ يَحْصُلُ الْإِمْسَاكُ قَبْلَ الدَّوَرَاتِ الطَّمْنِيَّةِ، وَالْإِسْهَالُ بَعْدَهَا.

يَنْجُمُ الْمَيْلُ إِلَى الْمَلْحِ عَنْ عَائِقٍ أَوْ انْسِدَادٍ فِي خَطِّ الْكَلِيَّةِ؛ وَيُمْكِنُ أَنْ تَعْانِيَ الْمَرْأَةُ مِنَ الْعَطَشِ وَاحْتِسَابِ الْمَاءِ وَالتَّبَوُّلِ الْمُتَكَرِّرِ وَالصُّدَاعِ حَوْلَ مَوْحِرَةِ الرِّقَبَةِ قَبْلَ الدَّوَرَاتِ الطَّمْنِيَّةِ أَوْ فِي أَثْنَائِهَا.

يَنْجُمُ الْمَيْلُ إِلَى الْأَشْيَاءِ الْحَامِضَةِ عَنْ الْعَوَائِقِ فِي خَطِّ الْكَبِدِ وَالْمَرَارَةِ؛ وَيَرْتَبِطُ الْأَلَمُ وَالتَّوَرُّمُ فِي الثَّدْيَيْنِ وَالْمَعْصِ الْبَطْنِيِّ الشَّدِيدِ وَالتَّنَزُّفُ الْعَزِيزِ وَالتَّغْيِرَاتُ الشَّدِيدَةُ فِي الْمَزَاجِ وَالسَّلُوكِ الْعَدَوَانِيِّ وَالْعُضَبِ وَالشَّكََاوَى بِالْعَوَائِقِ فِي خَطِّ الْكَبِدِ.

كَمَا يَرْتَبِطُ الْمَيْلُ نَحْوَ الْأَطْعَمَةِ الْحَارَّةِ (اللَّادَعَةِ) وَالْمَتَبَّلَةِ بِالْعَوَائِقِ فِي خَطِّي الْقَلْبِ وَالْأَمْعَاءِ الدَّقِيقَةِ؛ وَيُمْكِنُ أَنْ يَنْجُمَ خَفَقَانُ الْقَلْبِ وَاضْطِرَابُ النَّظْمِ الْقَلْبِيِّ وَالْأَرَقُ وَجَفَافُ الْفَمِ وَالشُّعُورُ بِثَقَلٍ فِي الصَّدْرِ وَالتَّعَرُّقُ اللَّيْلِيِّ وَالتَّعَبُ وَفَرْطُ الْإِثَارَةِ وَالْخَوْفِ... عَنْ الْعَوَائِقِ فِي هَذَيْنِ الْخَطِّينِ قَبْلَ الدَّوَرَاتِ الطَّمْنِيَّةِ أَوْ فِي أَثْنَائِهَا.

يَذُلُّ الْمَيْلُ نَحْوَ بَعْضِ الْأَطْعَمَةِ عَلَى وَجُودِ عَائِقٍ أَوْ انْسِدَادٍ فِي بَعْضِ الْخُطُوطِ؛ فَإِذَا أُكِلَتْ بِاعْتِدَالٍ، يُمْكِنُ أَنْ تُسَاعِدَ هَذِهِ الْأَطْعَمَةُ الْمُشْتَهَاةَ عَلَى فَتْحٍ أَوْ تَقْوِيَةِ الْخُطُوطِ الْمَسْدُودَةِ. وَلَكِنْ فَرَطَ تَنَاوُلُهَا سَيُؤَدِّي إِلَى اضْطِرَابِ التَّوَازُنِ فِي عُنَاصِرٍ أُخْرَى ضَمَّنَ الْجِسْمِ؛ وَيَنْجُمُ ذَلِكَ عَنْ مُغَذِّيَّاتٍ أُخْرَى قَدْ تَزِيدُ بِدَوْرِهَا احْتِسَابَ الْمَاءِ، مِمَّا يُسَبِّبُ الْمَزِيدَ مِنَ الْانْزِعَاجِ.

يَزْدَادُ وَزْنُ أَنْثَى عُمْرُهَا 34 سنة بمقدار 3.5 - 4.5 كغ على الأقل قَبْلَ الدَّوْرَةِ، ثُمَّ تَفْقِدُ كُلَّ زِيَادَةِ الْوِزْنِ الْمَائِيَّةِ فِي الْيَوْمِ الثَّانِي أَوْ الثَّلَاثِ. وقد اكتشفنا أن لديها تَحْسُّساً لِلسُّكَّرِ والملح؛ وتَوَقَّفَ احْتِسَابُ الْمَاءِ بعد أن عُولِجَتْ مِنَ الْمَلْحِ وَالسُّكَّرِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُبُودِرِيَاد.

كَانَتْ أَنْثَى عُمْرُهَا 22 سنة، مُصَابَةٌ بِمَعْصٍ بَطْنِي شَدِيدٍ وَعُسْرٍ هَضْمٍ طَوَالَ دَوْرَاتِهَا الطَّمْنِيَّةِ، مُتَحَسِّسَةً لِلْمَنَادِيلِ الصَّحِيَّةِ الَّتِي تَسْتَعْمَلُهَا.

وَقَدْ يَكُونُ ذَلِكَ نَاجِماً عَنْ اضْطِرَابٍ أَوْ نَقْصٍ فِي التَّوَازُنِ الْهَرْمُونِيِّ؛ كَمَا يُمْكِنُ أَنْ تَوْدِّي بَعْضُ الْحَالَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ إِلَى هَذِهِ الْمَشَاكِلِ أَيْضاً. وَيَسْتَطِيعُ الْمَرْءُ بِسَهُولَةٍ عَزْلَ الْمَشَاكِلِ مِنْ خِلَالِ الْاِخْتِبَارَاتِ الْحَرَكِيَّةِ، وَتَقْدِمُ الْمَعَالِجَاتُ الْمُنَاسِبَةُ.

يُمْكِنُ أَنْ تَكُونَ الْمَرِيضَاتُ الْإِنَاثُ اللَّوَاتِي يَشْتَكِينَ مِنَ الْمَتَلَاذِمَةِ السَّابِقَةِ لِلْحَيْضِ مُتَحَسِّسَةً لِلْمَنَادِيلِ الصَّحِيَّةِ الَّتِي يَسْتَعْمِلْنَهَا؛ وَيُمْكِنُهُنَّ بِسَهُولَةٍ تَجَنُّبُ الْانْزِعَاجَ بِإِيجَادِ صَنْفٍ يَنَاسِبُ أَجْسَامَهُنَّ (بعدَ اخْتِبَارِهِ مِنْ خِلَالِ اخْتِبَارَاتِ الْاسْتِجَابَةِ الْعَضَلِيَّةِ). وَلَكِنْ إِذَا اسْتَمَرَّتِ الْمَشَاكِلُ بَعْدَ تَجَنُّبِ جَمِيعِ الْمُسْتَأْرَجَاتِ الْمُحْتَمَلَةِ، يُمْكِنُ أَنْ يَحْتَجْنَ إِلَى زِيَارَةِ اخْتِصَاصِيٍّ فِي هَذِهِ الْمَسْأَلَةِ لِكَشَافِ مَا إِذَا كَانَ السَّبَبُ مَوْجُوداً فِي مَكَانٍ آخَرَ.

الانتبازُ البِطَانِي الرَّحْمِي

لَمْ يَنْجَحِ الطَّبُّ الْغَرْبِيُّ فِي إِيجَادِ مَعَالِجَةٍ نَاجِعَةٍ لِلْإِنْتِبَازِ الْبِطَانِيِّ الرَّحْمِيِّ، وَهُوَ حَالَةٌ تُصِيبُ الْكَثِيرَ مِنَ النِّسَاءِ. وَتَمَارَسُ الْكَثِيرُ مِنَ الْأَرْجِيَّاتِ الطَّعَامِيَّةِ، مِثْلَ الصُّوْيَا وَمُنْتَجَاتِ الْحَلِيبِ، دَوْرًا هَامًا فِي هَذِهِ الْمَشْكَلَةِ النِّسَائِيَّةِ.

لَقَدْ جَرَّبْتُ فَتَاةً عُمْرُهَا 28 سنة مُعَالِجَاتٍ مُخْتَلِفَةً لِلْإِنْتِبَازِ الْبِطَانِيِّ الرَّحْمِيِّ، بِمَا فِي ذَلِكَ تَنْظِيرُ الْبَطْنِ Laparoscopy، وَهُوَ إِجْرَاءُ جِرَاحِيٍّ لِإِزَالَةِ النَّسِيجِ الرَّحْمِيِّ الْبِطَانِيِّ الْمُتَنَبِّذِ Ectopic endometrial tissue. وَكَانَتْ تَعَانِي مِنْ اضْطِرَابَاتٍ سَابِقَةٍ لِلْحَيْضِ شَدِيدَةٍ وَعُسْرٍ طَمَثٍ Dysmenorrhea (ألم خلال الدورات الطَّمْنِيَّةِ)، فَضْلاً عَنْ تَعَبٍ شَدِيدٍ. وَأَظْهَرَتْ طَرَائِقُ اخْتِبَارَاتِ نَامُبُودِرِيَادِ الْعَضَلِيَّةِ أَنَّ لَدَيْهَا تَحْسُّساً لِكَثِيرٍ مِنَ الْعُنَاصِرِ الطَّعَامِيَّةِ، بِمَا فِي ذَلِكَ الْحَلِيبِ وَمُنْتَجَاتِ الصُّوْيَا

والدَّجاج. وبعدَ معالجتها الناجحة، اختفت المتلازمة السابقة للحَيْض وعُسْرُ الطَّمث.

كانت شابةً أخرى عمرُها 25 سنة عقيمةً بسبب الانْتِباذِ البِطاني الرَّحِمِي، وتَبَيَّنَ أنَّ لديها تحسُّساً للكثير من العنصرِ الطعاميَّة والأقمشة والمواد الكيمايَّة. وبعدَ ثلاثة أشهر من إتمام المُعالِجَة، أصبحت حامِلاً في نهاية المطاف. وحتى بعدَ الولادة، لم يَعُدْ الانْتِباذِ البِطاني الرَّحِمِي لديها.

كانَ لدى جوان Joan البالغة من العمر 38 سنة قصَّةُ كِيسات مَبِيضِيَّة متكرِّرة وأورام ليفيَّة رَحِمِيَّة. وبما أنَّها كانت نباتيَّة، فقد احتوى نظامُها الغذائيُّ على جميع أنماط البُقُول المجفَّفة. وكانَ لديها - وللأسف - تحسُّسٌ شديدٌ للبُقُول وبروتينات الخضار. وبعدَ ستة أشهر من إكمال المُعالِجَة بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد، لم يُظْهَر الفحصُ النَّسائي والفحصُ بالأُمواج فوق الصوئيَّة (فائق الصَّوت) أثراً للأورام اللَّيفيَّة أو الكِيسات. ولا تزال، بعدَ مضيِّ أربع سنوات على المُعالِجَة، تتمتَّعُ بِأطباق البُقُول، بينما زالت عنها الكِيسات والأورام.

البَطاطا هي أحد الأطعمة الرَّئيسيَّة عندَ الكثير من النَّاس، وهي تحتوي على مادَّة سُمِّيَّة خاصَّة تُدعى "السُّولانين Solanin"، وهو سُمٌّ لدى العَديد من الأشخاص.

فلِإذا بقيت ذاكرةُ إنتاج الإنزيم الهاضم لهذه السُّمِّ هاجعةً عندَ هؤلاء الأشخاص، يُوَدِّي السُّولانين إلى عَوائِق في عددٍ من خُطوط الطَّاقة وإلى مشاكلٍ صحيَّة مختلفة. وتشتملُ بعضُ الأعراض التي رأيتها عندَ الذين لديهم تحسُّسٌ للبَطاطا على وجود كُتَل في الثدي، والحمى المفاجئة، والتهاب الحلق، والتهاب الجُيوب، والأورام اللَّيفيَّة الرَّحِمِيَّة، وحب الشَّبَاب (العُد)، الأورام الشحميَّة تحت الجلد، وأوجاع الظَّهْر، وألم مُتَّصف الظَّهْر، وآلم العَصَبِ الوَرِكِيّ، والآلام المَفصليَّة والتيبُّس المَفصلي، والصُّداع، والتَّطبُّل البَطْنِي، والأَرِياح (امتلاء البَطْن بالغازات) Flatulence، والآفات الجلديَّة المشوَّهة، والنَّمَش، والطفح الجلدي، وتَبَدُّل لَوْن الجلد، والإمساك أو الإسهال، والحكَّة، والمشاكل الجلديَّة، والشَّرى، وفَقْد الحافز، والاكْتئاب، والخمائر المهبليَّة... إلخ. كما تُسبِّب الخضار الأخرى ذات الجُدُور

Root vegetables مشاكل أيضاً. وبما أن البطاطا تُستعمل بشكل شائع كثيراً، لذلك تظهر المشاكل الصحية الناجمة عنها بين مُستهلكيها عادةً.

أت جانيت Janet البالغة من العمر 24 سنة شاكية من خراجات في الثديين. وكانت تعاني من هذه المشكلة من حين إلى آخر طوال 6 سنوات، مع أن آخر ظهور للخراجات كان قبل 4 أيام. ولم تكن قادرة على ارتداء الألبسة العادية بسبب التورم والألم. كانت قد أكلت مقداراً كبيراً من البطاطا على مدى أربعة أيام قبل أن يظهر الألم والتورم في الثدي. وعولجت على الفور بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وفي غضون 45 دقيقة، نقص ألمها بنسبة 50٪. وبعد الإثمام التاجح للمعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، اختفى الألم والتورم لديها. ومن المثير للانتباه أن الجسم تعافى تلقائياً بالتخلص من الدّمامل المملوءة بالخراجات بشكل طبيعي.

الأورام الليفية الرحمية والطفيليات

يَعْتَقِدُ بعضُ الممارسين الصحيين أن الطفيليات Parasites والديدان المثقوبة Flukes يُؤدّيان إلى مشاكل صحية مختلفة، لا سيما الأورام الليفية والأورام والكيسات... إلخ؛ وهناك أنماط مختلفة من برامج إزالة السمّة Detoxification programs المستعملة في طول البلاد وعرضها. وفي وقتنا الراهن، عندما زاد الانتباه إلى الإدراك الصحي الطبيعي، يمكن أن يقدم لك كل طبيب أو عيادة شمولية Holistic تتصل بها خطة موسّعة عن برنامج إزالة السمّة لديها؛ وبعض هذه البرامج مفيد، وبعضها غير مفيد. وتستطيع تجريبها لترى ما إذا كانت مفيدة لك؛ فإذا لم تكن متحسناً للمنتجات التي تستعملها، يجب أن تستفيد من أي برنامج لإزالة السمّة.

لا معاناة من الانتباذ البطاني الرحمي أو المتلازمة السيكلية للحيض بعد اليوم

لقد تلقيت معلومات من الدكتورة بيلي على مدى سبعة شهور، ولاحظت العديد من مظاهر التحسن في صحتي العامة، وبالشخصية، لم يعد لدي ألم حوضي، وهو ما كان يُؤذي إلى الانتباذ البطاني الرحمي أو أعراض المتلازمة السيكلية للحيض. كما زال الآن التحمّس للكافيين الذي سبّب لي خلجان القلب.

الهَرْمُونَت

بعدَ سنِّ البَلسِ والبَدءِ بالمِعالِجَةِ الاستِبدالِيَّةِ لِلهَرْمُونَتِ مِباشِرَةً، ظَهِرَت لَدِي كِيسَةٌ كَبِيرَةٌ ذَاتَ رَاسَمِينَ عَلى مِبيضِي الأَيمَرِ. وَلَكِنَّ الكِيسَةَ اخْتَفَت، وَلَمْ تَظْ أَبدًا، بَعدَ مِعالِجَةِ هَرْمُونَتِي الخَاصَّةِ بِهِي، فَضْلاً عَنِ الهَرْمُونَتِ الَّتِي كُنتُ أَتَوَلَّيْهَا هَموياً.

جاءَت امْرَأَةٌ عَمُرُها 36 سَنَةً إلى عِياذِنا شاكِيَةً مِن أَلَمٍ في كَامِلِ جِسمِها، لا سِماً في أَسفلِ البَطنِ (الأَلَمُ العَضَلِي اللَّيفِي Fibromyalgia)، واكْتِئابٌ وَتَعَبٌ عامٌ خِلالَ اليَومِ واللَّيلِ مِن دونِ أَيِّ تَحَسُّنٍ (مُتَلازِمَةُ التَّعَبِ المَزْمِنِ)، وَقُصورٌ في أَلْغَدَّةِ الدَّرْقِيَّةِ وَتَشَوُّشٌ ذَهِنيٌّ وَزِيادةٌ في الوَزنِ وَكِيسَاتٌ مِبيضِيَّةٌ وَأورامٌ لَيفِيَّةٌ رَحِمِيَّةٌ وَوذمةٌ في القَدَمَينِ وَصُداًعٌ مُتَكَرِّرٌ وَغَثَيانٌ وَحالةٌ شَدِيدَةٌ مِنَ المُتَلازِمَةِ السَّابِقَةِ لِلحَيِضِ وَأَرَقٌ، عَلى مَدَى 10 سَوات. وَقَد راجَعتُ العَديدَ مِنَ الأَطبَّاءِ الاختِصاصِيينَ عَلى مَدَى سَنَينَ لِمِعالِجَةِ المِشاكِلِ الصَّحِيَّةِ المَذكُورَةِ آنفاً؛ وَلَكِنَّها لَمْ تَحْصُلْ عَلى الكَثِيرِ مِنَ المِسانِعةِ بِأَيِّ مِنَ المِعالِجاتِ المَقَدَّمَةِ. واستَمَرَّتْ في تَناولِ جَمِيعِ الأَدويةِ المَوْصُوفَةِ، عَلى أَمَلٍ أَن تَحْصِدَ بَعضَ التَحَسُّنِ. كَما زارَت عَديداً مِنَ الاختِصاصِيينَ السَّئُولِيينَ Holistic professionals، وَخَضَعَت لكَثيرٍ مِنَ بَرامِجِ التَّنْظِيفِ. وأخيراً، قَرأتُ عَن طَرائِقِ إزَالَةِ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبودِريادِ في "مِجلَّةِ الطَّبِّ البَدِيلِ Alternative Medicine Digest"، وَجاءَت لَتَرانا. وَبَعدَ جَمِيعِ المِعالِجاتِ الأساسِيَّةِ، عَوَلِجتُ مِنَ صُودا الخُبْزِ (بِيكربوناتِ الصُوديومِ) Baking soda وَمَسحُوقِ الخُبْزِ، حَيتُ كانا أَقوى مُسْتَأَرَجَينَ عِندَها. وَبَعدَ إِتمامِ هَذِهِ المِعالِجَةِ، ذَكَرتُ أَنَّها بَدَأتْ دَورَتَها (فَترَةَ الطَّمثِ) في اليَومِ التَّالِي، كَما لَاحَظْتُ أَنَّها طَرَحَت دِيداناً وَمَثقُوباتَ (دِيدانَ مَثقُوبَةً) بِطَولِ 7.5 - 10 سَم تَقريباً مِنْ رَحِمِها. وَاخْتَفَتِ المُتَلازِمَةُ السَّابِقَةُ لِلحَيِضِ مَعَ دَورَتِها، وَنَقَصَ الوَرَمُ اللَّيفِيُّ الرَحِمِي لَدِها في حَجمِهِ.

غَثَيانُ الصَّبَّاحِ

يَربُطُ غَثَيانُ الصَّبَّاحِ Morning sickness خِلالَ الحَمَلِ بَعضَ أنواعِ المُسْتَأَرِجاتِ؛ فَالْأَمُّ قَد تَكُونُ مُتَحَسِّسَةً لِلأَطعِمَةِ أو الفِيتامِيناتِ وَالمِعادِنِ (الكالسيومِ، الزُّنكِ، الفِيتامِين C... إلخ)، أو حَتَّى لِلحَنِينِ أو المُضِغَّةِ في بَعضِ الحالاتِ.

جاءت امرأة عمرها 28 سنة إلى عيادتنا وهي في الشهر الثالث من حملها؛ وكانت تشعر على الدوام بالغثيان، وتتقيأ بشكل متكرر. وكانت الطريقة الوحيدة للحفاظ على أي شيء في معدتها هي تغذيتها وردياً. وتبين أن لديها تحسساً للسكر والملح والزنك والفيتامين C ومركب الفيتامين B. وقد أصبحت بحالة حسنة من جديد بعد معالجتها الناجحة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

اشتكت فتاة عمرها 27 سنة، حامل في الشهر الرابع من حملها الثالث، من مَقَص (تشنجات) مستمر في أسفل البطن منذ بدء الإخصاب؛ وكان الألم والانزعاج يعيقان نماذج أكلها ونومها، ونقص الكثير من وزنها. وقد فُحصت من قبل طبيب نسائي كل أسبوع، ووصف لها الراحة التامة في السرير، مما زاد من المَقَص لديها. وأظهرت الاختبارات الدموية أنها تُنتج أضداداً Antibodies تجاه طفلها، فنصحها طبيبها بالإجهاض بسبب الأخطار الصحية الشديدة عليها. ولكن طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية في عيادتنا أظهرت أن لديها تحسساً للحنين. وعُولجت من التحسس للحنين بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، فنَقَص المعص المولم في أقل من 4 ساعات، واستعادت نومها الليلي الجيد لأول مرة منذ أربعة أشهر، واستيقظت في اليوم التالي من دون مَقَص بطني، ولم ترجع الأعراض إليها بقية حملها. وأبدى التحليل الدموي بعد أسبوع توقف إنتاج الأضداد.

تُعاني الكثيرات من الحوامل مقدّمة الارتعاج Pre-eclampsia والارتعاج Eclampsia؛ حيث تُصاب بعض النساء بارتفاع في ضغط الدم وتورم في القدمين والجسم. في حين تشتمل الأعراض الأخرى على زيادة الوزن الشديدة والتَّمَلُّل والأرق وضيق التنفس والطفح الجلدي والحكة والغثيان والدوخة وعدم القدرة على التبول بارتياح. ويمكن أن تكون الأمهات الحوامل مُتَحَسَّساتٍ للفيتامينات المُعطاة قبل الولادة. وقد تقي اختبارات التحسس الحركية Kinesiological allergy testing للفيتامينات المُعطاة قبل الولادة في عيادات الحوامل من الكثير من هذه الأعراض.

شعرت امرأة حامل عمرها 39 سنة بألم في العَصَب الوركِي خلال شهرها الثامن من الحمل؛ ورغم المعالجة الفيزيائية التي تَلَقَّتها، كان ألمها شديداً جداً ألزَمها

السَّريِر طَوَالَ يَوْمِهَا. وَقَدْ جَاءَ بِهَا زَوْجُهَا الطَّبِيبُ إِلَى عِيَادَتِنَا، حَيْثُ أَظْهَرَتْ طَرَائِقَ
اِخْتِبَارَاتِ نَامِبُودِرِيَادِ الْعِضْلِيَّةِ أَنَّ لَدَيْهَا تَحْسُّسًا شَدِيدًا لِلْفَيْتَامِينَاتِ الْمُعْطَاةِ قَبْلَ
الْوِلَادَةِ الَّتِي كَانَتْ تَتَنَاوَلُهَا يَوْمِيًّا. وَتَحَسَّنَ أَلْمُهَا الْوَرَكِي فَوْرًا بَعْدَ جَلْسَةِ وَاحِدَةٍ مِنْ
الْمُعَالَجَةِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ.

يُصَابُ بَعْضُ الرِّجَالِ، فِي أَوْقَاتٍ مَعَيَّنَةٍ مِنَ الشَّهْرِ، بِالتَّهَيُّجِ أَوْ الْإِنْفِعَالِ،
وَيُعَانُونَ مِنَ الْأَرْقِ؛ وَلِذَلِكَ يَجِبُ تَحَرِّيَ اضْطِرَابِ التَّوَازُنِ الْهَرْمُونِيِّ لَدَيْهِمْ،
وَمُعَالَجَةِ التَّحْسُّسِ إِنْ وَجَدَ.

تُمَارَسُ الْإِنْفِعَالَاتُ دَوْرًا رَئِيسِيًّا فِي الْاضْطِرَابَاتِ عِنْدَ الْأُنْثَى وَالذَّكَرِ؛ فَإِذَا
كَانَتِ الْمَشْكَلَةُ انْفِعَالِيَّةَ الْمُنْشَأِ (فِي أَغْلَبِ الْأَحْيَانِ)، فَإِنَّ طَرَائِقَ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ
بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ تَوْدِي إِلَى تَحْسُّنٍ مَدِيدٍ وَمُسْتَمِرٍّ فِي الْأَعْرَاضِ. وَيُمْكِنُكَ الْعُودَةُ
إِلَى الْفَصْلِ 20 لِلْوُقُوفِ عَلَى مَزِيدٍ مِنَ الْعَوَائِقِ الْإِنْفِعَالِيَّةِ.

الفصل الثامن عشر

التَّحَسُّسُ (الْأَرْجِيَّةُ) وَالْجِسْمُ وَالْعَقْلُ وَالرُّوحُ

من السَّهْلُ الْقَوْلُ: عَزَّزْ صِحَّتَكَ النَّفْسِيَّةَ وَالْعَاطِفِيَّةَ بِتَحْقِيقِ التَّوَازُنِ بَيْنَ جَسَدِكَ وَعَقْلِكَ وَرُوحِكَ، وَلَكِنْ التَّطْبِيقُ صَعْبٌ؛ فَهَلْ نَسْتَطِيعُ حَقًّا أَنْ نُحَقِّقَ ذَلِكَ؟ وَإِذَا كَانَ الْأَمْرُ كَذَلِكَ، فَكَيْفَ يَتَحَقَّقُ إِذَا. وَهَلْ مِنَ الْمُمْكِنِ أَنْ يَكُونَ لَدَيْكَ تَحَسُّسٌ تَجَاهَ مَشَاعِرِكَ الْخَاصَّةِ؟ وَهَلْ مِنَ الْمُمْكِنِ أَنْ يَكُونَ لَدَيْكَ تَحَسُّسٌ (أَرْجِيَّةٌ) تَجَاهَ أَفْكَارِكَ الْخَاصَّةِ؟ وَهَلْ مِنَ الْمُمْكِنِ أَيْضًا أَنْ يَوْجَدَ تَحَسُّسٌ (أَرْجِيَّةٌ) بَيْنَ شَخْصَيْنِ؟ وَلِمَ لَا؟ لِمَاذَا يَكُونُ بَعْضُ النَّاسِ سُعْدَاءَ دَائِمًا، بَيْنَمَا لَا يَكُونُ آخَرُونَ كَذَلِكَ؟ وَلِمَاذَا يَكُونُ بَعْضُ النَّاسِ بِصِحَّةٍ جَيِّدَةٍ، بَيْنَمَا لَا يَكُونُ آخَرُونَ حَتَّى قَدْ سَمِعُوا هَذِهِ الْكَلِمَةَ؟

لِمَاذَا يَكْسِبُ بَعْضُ النَّاسِ الْكَثِيرَ مِنَ الْمَالِ، بَيْنَمَا يَعْمَلُ آخَرُونَ بِجِدِّ وَاجْتِهَادٍ فِي اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَبِالكَادِ يَحْصِلُونَ عَلَيَّ مَا يَكْفِي لِسَدِّ حَاجَاتِهِمِ الْمَعِيشِيَّةِ؟ لِمَاذَا يَكُونُ لِبَعْضِ النَّاسِ آبَاءٌ وَأَشْقَاءٌ وَأَزْوَاجٌ (أَوْ زَوْجَاتٌ) وَأَطْفَالٌ وَأَصْدِقَاءٌ مُحِبُّونَ وَمَهْتَمُّونَ، فِي حِينٍ يَكُونُ الْعَكْسُ هُوَ الصَّحِيحُ عِنْدَ الْآخَرِينَ؟ لِمَاذَا يَجِدُ بَعْضُ النَّاسِ الْعَمَلَ الْمُنَاسِبَ وَيَقَابِلُونَ الْأَشْخَاصَ الْمَلَائِمِينَ لِلْعَمَلِ مَعَهُمْ، وَيَحْصِلُونَ عَلَى التَّقْدِيرِ فِي كُلِّ مَا يَقُومُونَ بِهِ، وَيَبْلُغُونَ أَقْصَى دَرَجَاتِ السَّنَاحِ وَيَحَافِظُونَ عَلَيْهِ؛ فِي حِينٍ يَكُونُ آخَرُونَ غَيْرَ سُعْدَاءَ بِعَمَلِهِمْ، وَيَبْدُلُونَ مِهْنَهُمْ مَرَّاتٍ كَثِيرَةً، وَلَا يَحْصِلُونَ عَلَى التَّقْدِيرِ عَلَى مَا يَجْتَهِدُونَ فِيهِ، وَيَواجِهُونَ الْإِخْفَاقَ فِي كُلِّ مَا يَقُومُونَ بِهِ؟

قَدْ يَقُولُ بَعْضُ النَّاسِ: "هَذَا هُوَ قَدْرُكَ".

وَفِي رَأْيِي، إِنَّ كَلِمَاتِ الْمَصِيرِ وَالْقَدَرِ وَالنَّصِيبِ كُلُّهَا كَلِمَاتٌ تُسْتَعْمَلُ لَوْصِفِ الْخَيْرَةِ؛ وَهِيَ كَلِمَاتٌ عَائِمَةٌ وَمُخَدَّرَةٌ يَسْتَعْمِلُهَا الْعَقْلُ الْوَاعِي لِإِرَاحَةِ الطِّفْلِ الدَّاخِلِي عِنْدَمَا لَا يَحْصِلُ شَيْءٌ مَا كَمَا أُرِدْتَهُ أَنْ يَكُونَ.

حينما تُخربَ الهدفَ من الحياة، تبرزُ ثلاثةُ عناصرٍ بسيطةٍ كحاجاتٍ أساسيةٍ:

- أن تكونَ بصحةً جيّدةً.
- أن تكونَ ذا مالٍ كافٍ.
- أن تتشاركَ ذلكَ معَ شخصٍ ما يعتني بك.

وربما نشأ التعبيرُ المألوفُ: "فلتكنَ مُتَنَعِماً بالصّحةَ والثروةَ والسّعادةَ!" للتركيزِ على أهميّةِ هذه الحاجاتِ الأساسيّةِ.

إذا كانت هذه الحاجاتُ الأساسيّةُ موجودةً لديك بحالة جيّدة، فأنت تعيشُ حياةً مُرضيّةً؛ ولتحقيق ذلك، يقوم الناسُ بأشياءَ مختلفة: الأكلُ وشراء الملابس الجديدة واستعمال مُستحضرات التّجميل (المزوّقات cosmetics) والتّدريس وإيجاد مهنة جيّدة والعمل والرّاحة ومشاهدة التلفزيون والأفلام، وقراءة الكتب والتواصل أو التّفاعُل مع النَّاسِ وعقد المواعيد والزّواج والسّفَر والتمتّع بالعُطلات (التّرفيه) وإنجاب الأطفال ومساعدتهم على الكبر والنموّ، والعناية بالحيوانات والنباتات والأزهار... إلخ؛ فإذا ما نظرت إلى مختلف هذه الأعمال، ستدرك أنّها جميعاً تَقَعُ تحت الحاجات الأساسيّة الثلاث. وإذا ما نظرتَ من حولك، ستري أن كلَّ شخصٍ يعمل جاهداً لاكتساب الصّحة والثروة والسّعادة؛ وبعضهم ينجح، بينما يخفق الآخرون، ويبقى قسمٌ ثالثٌ في الوَسَط. ومن الصّعب أن تجدَ من النَّاسِ من يوازن بشكل جيّد بين هذه الأصناف الثلاثة جميعها؛ فإذا كنتَ من هؤلاء النَّاسِ، ستكون أكثر الأشخاص رِضاً في العالم؛ فكيفَ تُحقّق ذلك؟ وهل هو مُمكن؟

إذا ما كنتَ ترغب برؤية نتائج نوعيّة محدّدة، فأنت بحاجة إلى العمل على المشاكل الحقيقيّة؛ فأوّلًا، أنت تحتاجُ إلى إيجاد المشكلة؛ فإذا بحثتَ عن المشكلة، ستجدها؛ وإذا ما وجدتها، تستطيع تبيّنها أو إصلاحها من خلال طرائق إزالة التّحسُّس بحسب نامبودرياد NAET؛ وعندما تتبعُ الطريقة الصّحيحة، يكون من السّهل إيجاد المشكلة.

الطريقةُ في إيجاد الغائق النّفسي هي: طرح الأسئلة

من تسأل؟ ومن لديه جميعُ الأجوبة عنك؟ ومن لديه الاهتمام الحقيقي بك؟ ومن لديه الاهتمام بالمحافظة على صحتك الجيّدة ومستقبلك الحَسَن وسعادتك؟

الاضطرابُ ذو الاتجاهين (الثنائي القطب) Bipolar Disorder

شخصُ لا يبتئنا الداءُ ذو الاتجاهين (الثنائي القطب) عام 1981؛ وقد أصبحت متوقعةً وهي في سنتها الجامعية الأولى خارج الولاية؛ وفي نهاية السنة، أختارها إلى المنزل وهي بحالة من الاكتئاب الانتحاري Suicidal depression. وبعد زيارة اختصاصيين في الطب النفسي Psychologists وعدم الاستفادة منهم، وجدنا أخيراً أنه من الضروري إدخالها إلى المستشفى، لأنها بنت مصممة على قتل نفسها. وشخص لها في المستشفى الرسمي ما يسمى الاكتئاب الهوسي manic depression مع اضطراب فصامي عاطفي schizo-affective disorder. وقد بقيت في المستشفى أربعة شهور، وعادت إلى المنزل وهي بحالة خذر شديد، فأدخلت المستشفى من جديد بعد سبعة شهور ولمدة ثلاثة شهور.

ومنذ ذلك الحين، كانت تدخل المستشفى كل 10 أو 11 شهراً، وتبقى في كل مرة 7 - 11 أسبوعاً وسطياً. وتُخفّض الجرعات لديها بين العوارض، وتتحسن حالتها نوعاً ما. ولكن لم يكن هناك ما يقفها من دخول المستشفى بعد أشهر قليلة.

وبعد مرور سنتين على هذه الحالة، بدأنا نبحث عن معالجات بديلة، وكانت المساعدة قليلة بالأسلوب الطبي التقليدي. وأدركنا أن العلاج لم يكن مستحيلاً فقط، بل إن الأدوية لم تكن حتى قادرة على إبقائها خارج المستشفى. وفي الواقع، كانت خلال كل ذلك تراجع الأطباء النفسانيين الذين كانوا عاجزين عن مساعدتها في علاج مرضها، والذي اشتمل على الاكتئاب والهوس Hallucinations والسلوك الغريب والعنف أحياناً.

كان لدى ابنتنا رزمة على الأقل من المعالجات البديلة، بما في ذلك المعالجات بالوخز الإبري على يد عذب من اختصاصي الوخز الإبري الممتازين؛ وقد ساعدت بعض هذه المعالجات على التخفيف من معظم التأثيرات الجانبية السابقة للأدوية، لكنها لم تمنع من عودة الدخول إلى المستشفى بعد عدة شهور.

وفي شباط/فبراير 1997، بدأت من جديد بجلسات الوخز الإبري؛ وطلبت القيام بذلك لأنها تذكرت بأنها كانت تشعر بحالة أفضل بعد المعالجات الأخيرة؛ وقد بدأت المعالجة مع امرأة شابة تدعى ريبكا Rebecca، وهي امرأة سبق أن قبلناها قبل عدة سنوات. وبعد أربع جلسات، قالت ريبكا بأن ابنتنا أصبحت جاهزة لطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد NAET؛ فكان جوابي: لكنّها لا تتحسّس لأي شيء، فهي كما ترين لم تظهر أية علامات مألوفة للتفاعل التحسسي؛ فأجابني ريبكا: إنها شخصية مفرطة التحسس. لم أصنعها فعلاً، لكننا قررنا إعطاءها فرصة للمحاولة، لأننا شعرنا بأنّه ليس لدينا ما نخسره؛ لذلك، بدأت المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

كانت تتناول، عبر السنوات الست عشرة الماضية، العديد من الأدوية المضادة للذهان Anti-psychotic والمضادة للهوس Anti-manic والمضادة للإفلاج، وبجرعات عالية جداً في كل مرة تدخل فيها المستشفى، لأن العوارض الهوسية والفصامية لديها كانت شديدة جداً. وادّان، وبعد 18 شهراً من البدء بالمعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، تخلّصت اينثا من جميع أدويتها، عدا جرعة صغيرة من آخر الأدوية المتبقية. وفي كل مرة تنقص فيها جرعات الأدوية، نشكر طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد. وقد راجعت طبيباً مختصاً في العلاج الطبيعي Naturopathic physician يستعمل الأعشاب والمعالجات المثلية Homeopathics للتأكد من أنها ما زالت مستقرة خلال تكيف جسدها مع انقاص الأدوية.

كان لدينا صديق شاب بدأ لتوّه المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، وأخذ يتخلّص على الفور تقريباً من الاكتئاب السريري الشديد لديه؛ وهو يأمل في المستقبل لأول مرة منذ عدّة سنوات. والمرض العقلي أو النفسي الذي يعاني منه الكثيرون يبدأ بجسم متحمّس جداً غالباً؛ فتناول الأطعمة (أو أية مادة) لا يتقبلها الجسم يُكثّر توازن الأجهزة العضوية المختلفة، وينتهي ذلك بعد سنوات باستهداف أكثر أجزاء الجسم ضغطاً.

يُعدّ الدماغ أكثر الأعضاء ضغطاً واستعداداً في الكثير من الناس، وهذا ما يؤدي إلى مرض نفسي عندهم. ويقلب ألا يكون هناك إنداز بذلك، لأنه لا توجد أعراض يمكن تمييزها. والعرض الوحيد هو المرض النفسي نفسه. ولقد استطاعت المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد التخلص تماماً من الأرجينات (التحمّس) التي تبثت لدى اينثا بمرض نفسي. وتفيد المعالجة - حسب معرفتنا - في جميع أنماط المرض النفسي على حدّ سواء. واليوم، تعمل اينثا في مكتبة محلية، وهي تقرأ أحياناً كتابين أو ثلاثة في الوقت نفسه. ولقد كانت حتى الآن غير قادرة على قراءة أكثر من بضعة أسطر خلال وقت معين، لأن عقلها كان مشوّشاً جداً بسبب اجتماع الأدوية والمرض. واليوم، تواظب على فصول في الألعاب الرياضية، وهي قادرة على التواصل مع الأشخاص الطبيعيين من جديد. وقد أجابت مؤخراً على الأسئلة حول المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد في محاضرة قمتها أنا وزوجي. ولم يكن ذلك ممكناً قبل طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد.

تبلغ اينثا من العمر 36 سنة، وهي تشعر بأنها بدأت الحياة من جديد. وتشير التوقعات إلى أنها ستتخلّص من جميع أدويتها في غضون الأشهر الثلاثة أو الأربعة اللاحقة؛ ونحن ننقص أدويتها ببطء شديد، رغم حقيقة أنها بالكاد لا تُبدي أية أعراض للإمتناع Symptoms of withdrawal عن هذه الأدوية؛ وكل الشكر للطرائق البديلة، ولطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد.

عندما يشعر أيُّ مُعالِجٍ يستعمل طرأقَ إزالة التشنُّس بحسب نامبودريباد بالرغبة في الحديث مع زوجي أو معي للمرضى المتوقِّعين مُستقبلاً حول تجربتنا مع هذه الطرأق في العلاج، نكون سعيدين جداً بالإجابة عن أية أسئلة أو تحفظات يمكن أن تكون لدى هؤلاء المرضى..
ونتمنى بصدق أن يلتقي الزمن الذي يعود فيه "المرض النفسي" مجرد ذكرى؛ ونحن نعرف أننا، بفضل معالجة طرأق إزالة للتشنُّس بحسب نامبودريباد المُصاغة من قبل الدكتور نامبودريباد، قد وجدنا الجواب.

"دماغك" بالطبع لديه جميع الأجوبة عنك.

يعملُ الدِّماغُ والجهازُ العَصَبيُّ على مدار السَّاعةِ للعناية بِحاجاتِ الجِسْم، حيث يراقبانه ويحميانه من أيِّ ضررٍ فيزيائيٍّ (جسديٍّ) أو فيزيولوجيٍّ أو نفسيٍّ؛ فالجهازُ العَصَبيُّ الحسَّاسُ من النَّاحِيَةِ الكَهْرطِيسِيَّةِ فعَّالٌ جداً في التَّواصلِ مع كُلِّ خليةٍ عَصَبِيَّةٍ في الجِسْمِ بتناسُقٍ تامٍّ، كما أنَّ لديه القُدْرَةَ على التَّواصلِ مع القوى الكَهْرطِيسِيَّةِ للكائناتِ الحَيَّةِ الأخرى وغير الحَيَّةِ في الكَوْنِ مهما بعدتُ المسافةُ. ولذلك، يمكنك أن تثقَ بدماغك في إيجاد أفضل الإجابات عن أسئلتك؛ فأنت تستطيع، بكلمة أخرى، أن تسألَ دماغك أيَّ سؤالٍ، وهو يستطيعُ إعطاءكَ الإجابة الصَّحيحة. وكلُّ خليةٍ في دماغك وجهازك العَصَبيِّ مبنيةٌ بطريقة فريدةٍ من موادٍ خلويَّةٍ مُتخصِّصةٍ قادرةٍ على قياسٍ وتقدير اختلاف طاقَّة الأشياءِ المُختلفةِ في بيئتك الداخليَّةِ أو الخارجيَّةِ: اضطراب وظائف الجِسْم، المواد في بيئتك، الاضطرابات النفسية، الأفكار الجيِّدة والسيِّئة، الاهتزازات، تغيُّر درجة الحرارة مثل ارتفاع الحرارة والبرْد... إلخ، وذلك في جِسْمك أو جِسْم أي شخصٍ آخر، بعيد أم قريب. وتحدثُ هذه القُدْرَةُ المُشتركة بين كُلِّ خليةٍ عَصَبِيَّةٍ أَفضَلَ ناظمٍ شبكيٍّ للتَّواصلِ أو أَفضَلَ موقعٍ إلكترونيٍّ عالميٍّ مُمكن. ويُمكنُ هذا التَّواصلُ المُتخصِّصُ كُلَّ خليةٍ عَصَبِيَّةٍ من خلال قدرتها المتفرِّدة من نُقلِ طاقتها الكَهْرطِيسِيَّةِ داخلَ الخلية وخارجها ضمنَ الجِسْمِ وخارجهِ وإلى مسافاتٍ لا متناهية. وأنت تعلم بالتجربة والخبرة أنَّ أفكارك قادرةٌ على الانتقالِ إلى أيَّة مسافةٍ، والعودةُ بأسرع ما يُمكن؛ فدماغك مثل القِرْد، لكنَّه قِرْدٌ مُتميِّزٌ قادرٌ على القفز من بلدةٍ إلى أخرى ومن قارةٍ

إلى أخرى، بل من كَوَكَبَ إلى آخر في جزء من المليثانية (1/1000 ثانية)؛ فهو لا يستطيع البقاء بلا حراك أبداً، حتى خلال النوم؛ إنه يقفز على الدوام، ويجمع المعلومات ويخزنها في بنك الذاكرة؛ فكَمَ تزور من الأماكن البعيدة والأشخاص البعيدين في جزء من الثانية في أيّ يوم معين؟ لا يوجد أحدٌ بعُدُ بنى أو صَمَمَ آلة حاسبة قادرة على تَعَقُبِ المسافة التي يعبرها الدماغ أو الأنشطة التي يقوم بها يومياً. ولا تَهْدَفُ هذه الفَرَضِيَّةُ إلا إلى جعلك ترى وتذكر قدرة دماغك وجهازك العصبي؛ وكلُّ واحدٍ منا يملك القدرة نفسها. ولكنه يحتاج، مثله مثل أيّ شيء في الكون، إلى الممارسة. وتحتاج هذه النَّاحِيَّةُ من الوظيفة الخلوية إلى الخُضُوعِ لبحثٍ علمي كثيف نوعاً ما لفهم المنهجيات أكثر.

لكن ليس عليك أن تنتظر حتى ينتهي البحث العلمي لتستعمل المعرفة في مُساعدتك على اكتساب الصِّحَّةِ الجَيِّدة؛ فكيف ذلك؟ وكيف تحصل على المعلومات المفيدة عنك من دماغك وجهازك العصبي؟ وعندما تحصل على الجواب، ماذا تستطيع أن تفعل به؟ هل تستطيع إعادة برمجة دماغك أو إعادة تشغيل حاسوبك الدماغي لإدخال أو طبع ما تحتاج إليه في الطبعة الأصلية Master template ؟ هل تستطيع أن تَمسَحَ الرسائل الضارة من ذاكرتك، وتعيد كتابة رسائل سارة ومفيدة؟ وهل بإمكانك إنجاز حالة مماثلة بملء حياتك بالصحة والثروة والسعادة؟

تحتاج في البداية إلى نقطة مرجعية للمقارنة والتحقق من النتائج؛ وتستطيع أن تستعمل اختبارات الاستجابة العضلية نفسها التي تعلمتها في الفصل السابع كمصدر للنقاط المرجعية للتحقق من أجوبتك؛ وفي هذه الحالة، تستبدل الطعام أو المواد بسؤالك.

خلال القيام باختبارات الاستجابة العضلية، اطرح الأسئلة بصمت

- إذا جعلت اختبارات الاستجابة العضلية العضلة المختبرة تَعْدُو ضعيفة، فالجواب "نعم".
- إذا جعلت اختبارات الاستجابة العضلية العضلة المختبرة تَعْدُو قوية، فالجواب "لا".
- ضَعُ قائمةً بمشاكلك، واطلب من دماغك، خلال القيام باختبارات الاستجابة العضلية، أن يُبدي لك أسباب مشاكلك.

طُرُقُ طَرَحِ الْأَسْئَلَةِ

الصَّحَّةُ:

السُّؤال: هل أرغب "ترغب" بأن تكونَ صحيحَ الجسم؟ إذا أعطتَ اختباراتُ الاستجابة العَضَلِيَّة استجابةً عَضَلِيَّةً ضَعِيفَةً، فدماغُك يقول "نعم، أرغب (ترغب) بأن أكونَ صحيحاً". ولكن إذا أعطتَ اختباراتُ الاستجابة العَضَلِيَّة استجابةً عَضَلِيَّةً قَوِيَّةً، فدماغُك يقول "لا، لا أرغب بأن أكونَ صحيحاً". وهناك مشكلةٌ لديك، وقد يكونُ عليك أن تثبَّتَ ذلكَ مباشرةً، وإلاَّ قد لا تصبحَ صحيحاً؛ فإذا اعتقدَ دماغُك أنَّك لا تريد أن تكونَ بصحَّةٍ جيِّدةً، عندها سيُحاول بكلِّ الوسائلِ إبقاءكَ غيرَ صحيح.

وتستطيعُ أن تسألَ الدِّماغَ السُّؤالَ نَفْسَهُ بِشَكْلِ مُخْتَلَفٍ.

السُّؤال: هل أرغب "ترغب" بأن تكونَ مريضاً؟ إذا أعطتَ اختباراتُ الاستجابة العَضَلِيَّة استجابةً عَضَلِيَّةً ضَعِيفَةً، فدماغُك يقول "نعم، أرغب بأن أكونَ مريضاً". وقد يكونُ عليك أن تثبَّتَ ذلكَ مباشرةً، وإلاَّ قد لا تصبحَ صحيحاً؛ فإذا اعتقدَ دماغُك بأنَّك تريد أن تكونَ مريضاً، عندها سيُحاول بكلِّ الوسائلِ لإبقائك مريضاً.

ولكن إذا أعطتَ اختباراتُ الاستجابة العَضَلِيَّة استجابةً عَضَلِيَّةً قَوِيَّةً، فدماغُك يقول "لا، لا أرغب بأن أكونَ مريضاً"، وهذه إجابةٌ جيِّدةٌ لك. لذلك لا يكونُ عليك أن تقومَ بأيِّ شيءٍ حيالَ ذلك.

هل أنت خائفٌ من أن تكونَ بصحَّةٍ وعافية؟ هل تحبُ المرض؟ هل ترغب بأن تشفى؟ هل تخافُ من تحسُّنِ صحتك؟ كَوْنُ زادك من الأسئلة، واكتشفْ الأفكارَ أو المقولات أو الأسئلة أو المشاعر التي تُسبِّبُ العوائق؛ وقد يكونُ عليك أن تطرحَ سُؤالاً معيَّناً للحصولَ على إجابةٍ مُعيَّنة. حطِّمْ السُّؤالَ في أبسَطِ أشكاله للحصولَ على أفضلِ جواب، وتجنَّبْ إرباكاً أو تشويشَ دماغك؛ فإذا وقفتَ أمامَ 100 شخصٍ وسألتَ كاملَ المجموعة "هل هناك أحدٌ يخشى أن يكونَ بصحَّةٍ وعافية؟" و"هل هناك من يتحسُّسُ للتفاح؟" فقد لا تحصلَ على إجابةٍ مناسبةٍ عن هذا التَّمَطِّطِ من الأسئلة، لأنَّه لا يتفقُ معَ معايير التَّبَسُّيطِ أو النُوعِيَّةِ.

وتستطيعُ أن تسألَ آيةَ أسئلةٍ متعلّقةٍ بالصّحةِ بهذهِ الطّريقةِ؛ فإذا وجدتَ إجابةً سلبيةً، يمكنُ أن تحتاجَ إلى تثبيتها؛ وأمّا إذا ما وجدتَ إجابةً إيجابيةً، فلا تفعلْ أيّ شيءٍ حيالها.

الثّروة:

يمكنك أن تسألَ آيةَ أسئلةٍ متعلّقةٍ بحالتك الماليّةِ بهذهِ الطّريقةِ.

السؤال: هل أرغب "ترغب" بجني المال؟ إذا أعطت اختباراتُ الاستجابة العَضَلِيّةُ استجابةً عَضَلِيّةً ضَعِيفَةً، فدماغك يقول "نعم، أرغب بجني المال". وليسَ هناك ما تثبته.

ولكن إذا أعطت اختباراتُ الاستجابة العَضَلِيّةُ استجابةً عَضَلِيّةً قويّةً، فدماغك يقول "لا، لا أرغب بجني المال". وهناك مشكلةٌ لديك، وقد يكون عليك أن تثبتَ ذلك مباشرةً. وإلاّ قد لا تُجني أيّ مال. لأنّ دماغك يعتقد بأنك لا تُريد أن تُجني المال، وعندها سيُحاول بكلّ الوسائل إبعادك عن جني الثروة.

السؤال: هل أحب "تحب" المال؟ هل تحب جني المال؟ هل ترغب بجني المال؟ هل ترغب بجني الكثير من المال؟ هل تستطيع جني المال؟ هل تستطيع المحافظة على المال؟ هل تستطيع إيفاءَ المال؟ هل ترغب بإيجاد عمل تحبه؟ هل تعمل عملاً تحبه؟

إذا وجدتَ إجابةً سلبيةً، يمكنُ أن تحتاجَ إلى تثبيتها؛ وأمّا إذا ما وجدتَ إجابةً إيجابيةً، فلا تفعلْ أيّ شيءٍ حيالها.

السّعادة:

يمكنك أن تسألَ ضروباً مختلفةً من الأسئلةِ فيما يتعلّقُ بسعادتك وما يتصل بها من أمورٍ أخرى.

السؤال: هل تحبُّ (أحبُّ) أن تكونَ (أكونَ) سعيداً في حياتك (حياتي)؟ هل ترغب بأن تكونَ سعيداً؟ هل تُستمع بالسّعادة؟ هل تحب أن يكونَ الآخرون من حولك سعداء؟

هل تحب الأصدقاء؟ هل تميل إلى الحب؟ هل ترغب بأن تكونَ محبوباً؟ هل ترغب بالحب؟ هل تريد أن تكونَ محبوباً؟ هل ترغب أن تُقابل الشخصَ المناسب؟

هل ترغب بالزواج؟ هل تريد أن تكون لك عائلة؟ فإذا ما وجدت إجابة إيجابية، فلا تفعل أي شيء حيالها؛ أمّا إذا وجدت إجابة سلبية، فيمكن أن تحتاج إلى إيجاد مُمَارِس لطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد وتثبيتها مباشرة، وإلا لن تتحقّق أحلامك.

يمكنك أن تطرح الأسئلة بهذه الطّريقة حول أيّة مسألة في حياتك؛ فإذا كان هناك عائق، ابحث عن مُمَارِس لطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، واطلب المعالجة.

قد يكون لديك تحسُّس تجاه شخص آخر أو حادثة أو فكرة؛ ومهما كانت ثقافتك، فأنت قد تشبعت بالكثير من العواطف والانفعالات، وقد قيل لك إنّه عليك أن تحترم الكبار (الأب، الأم، الجد، الجدة، الإخوة الكبار، الأخوات الكبيرات... إلخ)؛ ولا يُسمح لك بالردّ، حتّى إذا كان الكبارُ مُخطئين. وعندما يكون الكبارُ غاضبين من شيء أو شخص ما، فعلى الصّغار (أنت) أن يستوعبوههم ويمتصّوا غضبهم. ومهما تُكُن العواطف والانفعالات الصادرة عنهم، فعليك تحمّل ذلك معظم الوقت. ثمّ تتجذّر هذه العواطف في الجدار المعوي، وتبقى هناك. وفي بعض الحالات، تعتصر هذه العواطف المزعجة أمعاءك، تاركة الكثير من الثقوب التي تجعل الجزئيات البروتينية الكبيرة غير المهضومة تُفلت إلى الدّوران، ممّا يؤدّي إلى أعراض جسدية أو فيزيولوجية أو انفعالية (نفسية) في الجسم. ويمكن للعائق الانفعالي والاضطهاد النفسي في الطفولة أن يسبّب مشاكل صحيّة مزمنة مختلفة طوال الحياة، حسب خطّ الطاقة التي حصل العائق فيه: الربو، التّفاخ (العائق في خطّ الرئتين)؛ آلام الصدر، ثقل الصدر، الهبات الانفعالية الخاطفة، نوب البكاء... إلخ (خطّ القلب)؛ القرحات، المشاكل الهضمية، الشقيقة (خطّ المعدة)؛ الدّاء السكري، الاضطرابات الدموية، أمراض الخمائر والمبيضات (نوع من الفطور) والفطور، الأورام، الكيسات... إلخ (خطّ الطحال)؛ تشوش الذهن، التهيج النفسي، الغضب، المزاج الحزين، الأورام الصلبة... إلخ (خطّ الكبد)؛ الحيرة، عدم القدرة على اتّخاذ القرارات بسبب الخوف (خطّ المرارة)؛ الاضطرابات المفصلية، اضطرابات النّسج الضام... إلخ (خطّ الكلية)؛ المخاوف الداخلية، متلازمة الأمعاء المسربة Leaky

gut syndrome، قُصِّحَ الأمعاء، التهاب الأمعاء الدقيقة... إلخ (خَطَّ الأمعاء الدقيقة)؛ عدم الشعور بالأمان، فقد السيطرة على الوضع (خط المئانة)؛ العجز عن التصرف (خَطَّ الأمعاء الغليظة).

نظام المراقبة أو التَّحَقُّق

يعاني النَّاسُ في العالم بأكمله من عوائق نفسية مختلفة بسبب غط الحياة هذه الأيام؛ فالناسُ يراقِبُ بعضهم الآخر في كلِّ ما يفعلونه في حياتهم؛ ولا يوجد أحدٌ في منأى من جهاز المراقبة Check system هذا.

انظرُ إلى هذا المثال البسيط:

تُرسل إحدى الأمهات ولدها إلى المدرسة، وتدفع رسوماً للمدرسة لتعليمه؛ ويُعيَّن أحدُ المدرِّسين لتعليم الطفل؛ فإذا لم يعلم المدرِّسُ الطفل، فلن يعرف أسئلةَ اختبارِه؛ وإذا لم يدرس الطفل، فلن يجتازَ الاختبار؛ وإذا لم يجتَزَ الاختبار، فلن يُرقى إلى الدرجة الأعلى؛ وإذا ما استمرَّ في الرُّسوب بالاختبار، فستخرجه أمُّه من المدرسة. وإذا لم يحضر الطفلُ إلى المدرسة، فلن تحصل المدرسةُ على الرُّسوم، ولن يتقاضى المدرِّسُ راتبه؛ وإذا لم يتقاضَ المدرِّسُ راتبه، فلن يعمل في المدرسة، ولا تستطيع المدرسة أن تستمرَّ من دون مال ولا مُدرِّس.

انظرُ إلى كلِّ جانب من جوانب الحياة من حولك، فسترى نظامَ مراقبةٍ مماثلاً في كلِّ ركنٍ منها؛ وكلُّ شخصٍ متشابكٍ مع شخصٍ آخر بفعلِ هذا النظام؛ فالناسُ الذين يتبعون نظامَ المراقبة عن كُتُبٍ يرغبون ويعيشون بأقلِّ قدرٍ من العوائق النفسية؛ في حين أن الناسَ الذين لا يتبعون النظامَ بدقة، سيَكْثُرُ الكثير من الانفعالات اليومية، وستلتصق هذه الانفعالات العالقة (التي لم تُحلَّ بعد) بالجدار المعوي، وتشرع في اعتصاره، ممَّا يؤدي إلى اضطراباتٍ صحيَّة. وحتى تفهم ذلك، وتجد الطريقة التي تتحرَّك بها خارجَ هذا الإطار (مهما يكن رُسوخه)، يمكن ألا تلبِّي حاجاتك الأساسية - الصَّحَّة والثروة والسَّعادة.

فعندما تَكْثُرُ الانفعالات، تحتاج إلى التخلص منها على الفور؛ فلا تَجْمَعُها. وحتى الآن، يتحدَّثُ الناسُ عن القضايا الإنفعالية، وقد فهم بعضهم أهميَّة التعرف

إليها؛ بينما يعتقد آخرون أن هذه القضايا قد تؤدي إلى اضطرابات صحية؛ ولكن لم يعرف أحدٌ كيف يتخلّص منها بالضبط. والآن، هناك طريقةً علاجيةً ذاتيةً سهلةً للتخلّص من الانفعالات المضطربة الخاصة في بيتك من خلال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد؛ وقد جُرِّبَت هذه الطريقةُ على عدّة مئات من المرضى في عيادتي مع نتائج ممتازة؛ وهي تهدفُ إلى مساعدتك على تحرير نفسك من مشاكلك وتلبية حاجاتك الأساسية في الحياة؛ فاستعملها كما تشاء حتّى تصبح قادراً على تحقيق أحلامك!

الطريقة

إنَّ أفضلَ وقتٍ لتنظيف عواطفك اليومية هو في كلِّ ليلة قبل الذهاب إلى النوم؛ ولكن كلما كانت هذه العواطف قليلةً، يمكن التخلّص منها في اليوم نفسه، وهذا ما يحول دون تراكم العواطف والانفعالات، والتسبب في مشاكل صحية أخرى تؤثر في المسائل الانفعالية في مرحلة لاحقة من الحياة. يمكنك أن تذهب إلى ممارس لطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد NAET قريب منك للتخلّص من العوائق بهذه الطرائق، وهو إجراءٌ مختلف قليلاً يحتاج إلى معرفة تخصّصية. ويمكنك الحصول على نتائج مع بعض الانفعالات باستعمال الطريقة التالية. كما يمكن أن تُعالج صغارك باستعمال اختبارات البديل (اقرأ الفصل 7) بالطريقة نفسها.

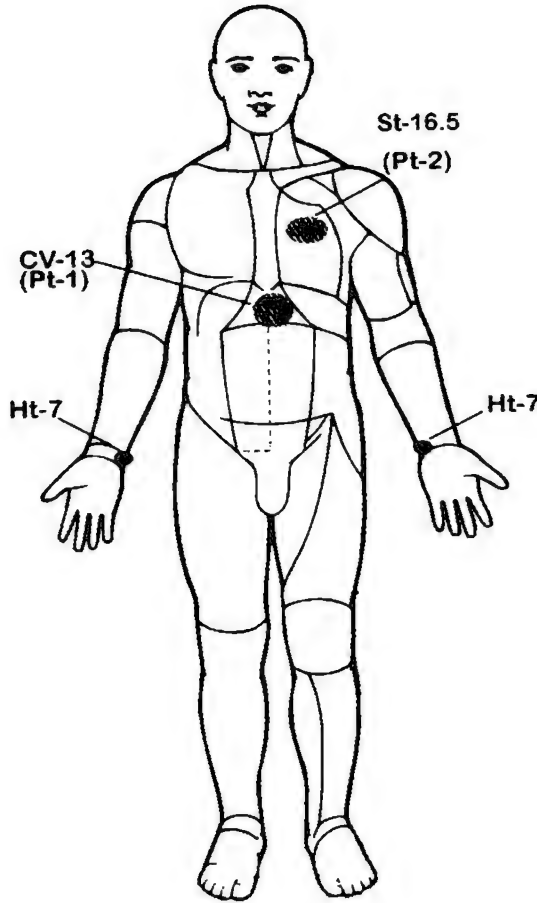
المعالجة الذاتية للانفعالات باستعمال طرائق إزالة التحسّس بحسب

نامبودرياد

جِدْ مكاناً هادئاً ومريحاً حيث يمكن أن تكونَ وَحْدَكَ مع أفكارك، من دون أيِّ شخص يُزعجك؛ وعليك أن تجلسَ أو تستلقي وعيناك مُغلقتان؛ بإغلاق العينين يساعدك على التركيز بشكل أفضل. ولا تفعل ذلك وأنت بوضعية الوقوف؛ فبعض الناس يمكن أن يعانون من مشاكل في الحفاظ على توازنٍ مستقر في وضعية الوقوف مع معينين مُغلقتين.

المنهجية:

انقرّ وتخلّص (انظر الشّكل 18 - 1 للوقوف على مواضع النقاط).
الخطوة الأولى: ضَع ثلاث أنامل من يدك اليمنى على "النقطة 1" (موضّحة في الشّكل)، وثلاثة من اليسرى على "النقطة 2" (موضّحة في الشّكل 18 - 1).
 وخلال المحافظة على تماس الأنامل اليسرى على "النقطة 2"، انقرّ على "النقطة 1" باستعمال الأنامل اليمنى، وأنت تتأمّل (تعيد في مُخيلتك) الصدمة أو الرضّ لديك أو الحادثة التي حصلت خلال اليوم؛ ويكونُ زمنُ النّقر هو 60 ثانية على كلّ نقطة.



الشّكل 18 - 1. مواضع النقاط للشفاء الانفعالي (التخلّص من الانفعالات).

الخطوة الثانية: خلال المحافظة على تماس الأنامل اليمنى على "النقطة 1"، انقرْ على "النقطة 2" باستعمال الأنامل اليسرى، وأنت تتأمل أو تسترجع ذاكرة الحادثة.

الخطوة الثالثة: مسدٌ في اتجاه عقرب الساعة "النقطة 1"، ثمَّ "النقطة 2" بمقدار دقيقة لكل منهما، وأنت تسترجع الأفكار الإيجابية أو السارة حول الحادثة.

حالات التحسس بين شخص وآخر

تعرفون جميعاً وتحدثون عن "كيمياء الجسم Body chemistry" و"التنافر أو عدم التوافق Incompatibility" في العلاقات الشخصية؛ فكيف جاءت هذه المفاهيم إلى الاستعمال؟ هل هناك شيء ما فعلاً، مثل كيمياء الجسم وعدم التوافق، أو أن هناك تحسساً بين البشر؟

أنت تعلم أنك قد تكون متحسساً تجاه مواد مختلفة. وقد تكون متحسساً تجاه الأشياء الحية الأخرى كالنباتات والحشرات والحيوانات الأليفة؛ فكل شخص يتقبل هذه الأشياء كحقيقة. ويعطس الكثير من الناس ويصابون بالإغماء والشرى بوجود قطعة أو كلب؛ فالظاهرة الحيوانية وقشرة الحيوانات تؤديان إلى الكثير من المشاكل التحسسية بين الأشخاص الحساسين. كما أن اللعاب أو المفرزات الأخرى للحيوانات يمكن أن تسبب تفاعلات تحسسية عند الإنسان. وإذا ما كان ذلك ممكناً، فالإنسان قد يتحسس أيضاً من الأشخاص الآخرين ومفرزاتهم، لأن كلاً منا لديه حقل الطاقة الكهروطيسية الخاص به والذي قد يتأثر بشكل إيجابي أو سلبي، مثلما يحصل مع الكثير من المواد؛ فإذا ما كانت حقول الطاقة هذه تتفاعل بشكل سلبي، فإنها يمكن أن تؤدي إلى تفاعلات تحسسية أو انزعاج في أحد الشخصين أو فيهما معاً.

كانت امرأة عمرها 42 سنة تعاني من مشاكل في زواجها على مدى السنتين السابقتين؛ فجئ Joe كان زوجاً مُخلصاً، لكنّه لم يستطع أن يجعل زوجته سعيدة، إذ كانت تُزعجه وتكثر عليه الطلبات طوال الوقت، وتُهيئه أمام أصدقائه. وحين كانت وحدها، كانت تظهر له الحب وتأسف من سلوكها. وانهارت علاقتهما

مرتين تقريباً خلال خمس عشرة سنة من حياتهما الزوجية. والآن، وللمرة الثالثة، هما على وشك الانفصال. وخلال إحدى زياراتها للعيادة، فتحت المرأة قلبها لي، وقالت بأنها أحبّت زوجها كثيراً، بحيث إنّها في كلّ مرة كانت بعيدة عنه، كانت تعاني من آلام جسدية مجرّد التفكير به. ولكن وكلما كانا معاً، ولسبب ما، كانت تشعر بالتهيج منه، وتنتهي الأيام بشكل دائم تقريباً بالصراع، بحيث يجدان نفسيهما في سريرين منفصلين نتيجة لذلك. كما كانت تُعاني من حالات ومظاهر تحسسية مختلفة، مثل صداع الشقيقة والتحسس المعدي المعوي والتهاب المفاصل. وكانت ترغب بالمحافظة على زواجها، لكنّه لم تكن ولسبب ما قادرة على التعبير عن حبّها لزوجها. وكانا قد استشارا ناصحاً في الزواج Marriage counselor عدة مرّات، لكن لم يحصلوا على فائدة.

لقد نصحتُها بأن تجربَ اختبارات الاستجابة العضلية في المنزل، بسبب احتمال وجود تحسس تجاه بعضهما البعض؛ وقد كان كلاهما في اليوم التالي ضمن المجموعة الأولى من المرضى في عيادتي؛ وأظهرت الاختبارات وجود تحسس تجاه بعضهما البعض، وأبدى كلاهما رغبة في المعالجة، وقالاً بأنهما قد أمضيا السنين الخمس عشرة الماضية وهما يتشاجران، وإذا ما كانت هناك طريقة لإيقاف ذلك الصراع، فهما يرغبان بأن يحصل هذه الإيقاف بأسرع ما يُمكن، بحيث يستطيعان الاستمتاع ببقية حياتهما. وبعد شهر، وإثر الجلسات العلاجية لكليهما، كانت هناك باقّة من الزهور الحمراء في العيادة كُتبَ عليها: "شكراً لك يا دكتورة على مساعدتك لنا؛ نحن الآن في طريقنا إلى شهر عمل ثانٍ إلى الكاريبي؛ فالأشياء لم تكن بيننا أفضل ممّا هي الآن". ولا يزال الحب يتعرّع بينهما بعد ست سنوات.

خاضت امرأة عمرها 28 سنة ثلاث تجارب من الزواج، وأخيراً ولدت طفلاً ذكراً؛ وبعد ولادتها مباشرة، أصبت بتوعك شديد وآلام والتهاب مفصلي شديد. وكانت ناعلة جداً وطويلة قبل الولادة، لكنّها أخذت بزيادة الوزن بعد ولادة طفلها. وفي غضون شهر واحد، زاد وزنها نحو 18.5 كغ رغم أنّها لم تزد أو تغير من مدخولها من الطعام، وحافظت على جميع أنشطتها المألوفة؛ وفي الواقع، حيرها ذلك، وحير أطباءها أيضاً؛ فالتحقت ببرنامج للتمارين أدّى إلى تحسين آلامها

وأوجاعها، لكن من دون إنقاص وزنها. وجربت جميع أنواع الأدوية والمعالجات، من دون نتائج إيجابية. وكانَ الطفلُ يرفضُ النومَ في المهد، وكانَ ينامُ بجانبَ أمِّه كلَّ ليلة؛ وازدادَ مرضُ الأم شيئاً فشيئاً مع الشقيقة والاضطرابات المفصليّة، ثمَّ أصيبَ الطفلُ في أحدِ الأيامِ بمرضٍ شديدٍ مع حمى وعدوى أُذنيّة. وجاءت أمُّ المرأة، وأقامت معها لتساعدَها على العناية بطفلها المريض، وبدأَ الطفلُ النومَ مع جدّته. وعندما توقّفَ الطفلُ عن النومِ في سريرِ الأم، أخذت الأمُّ بالتحسُّن.

أقامت الجدّة بضعة أسابيع أخرى إلى أن تحسّنت أمُّ الطفل، ثمَّ غادرت؛ فعادَ الطفلُ يقضي الليالي مع أمِّه من جديد؛ وبعدَ بضعة أيام، مرضت الأمُّ من جديد، حيث عادَ إليها الالتهابُ المفصلي والآلامُ المفصليّة، والتشوشُ الذهني، وأصبحت خاملةً ومتوعكةً، وأسوأَ من ذي قبل؛ فأخذَها زوجها القلق إلى عدّة أطباء، وجربَ معها جميعَ المعالجات المُختلّة، دونما فائدة على ما يبدو. وأخيراً، أرشدَها أحدهم إلى عيادتنا. فمُنّا بمراجعة قصّتها مرّةً بعدَ مرّة؛ وكانَ عمرُ ولدها أربع سنوات في ذلك الوقت، ولا يزالُ ينامُ في سريرِها. كانت الأمُّ امرأةً شديدةَ الحيويّة وذكيّة وهزيلة، من دون أيّة مشاكل صحيّة قبلَ ولادةِ الطفل. والآن، أصبحت - وبشكلٍ مفاجئٍ - أشدَّ امرأةً مرضاً في العالم. وفي كلِّ مرّةٍ تقيم فيها الجدّة معها ويقضي الطفلُ معظمَ وقته مع جدّته، تشفى الأمُّ من مرضِها! وعندما غادرت الجدّة، وعادَ الطفلُ إلى قضاءِ المزيد من الوقت مع أمِّه، كانت تصبح مريضةً من جديد. لقد أعطتنا قصّة نموذج مرضِها وتعبها وأوجاعها الجسديّة المعمّمة صباحاً المفتاحَ إلى فهمِ المشكلة.

لقد كانت الأمُّ متحمّسةً تجاه ابنها، كما فهمتَ بلا شك؛ ولذلك، عولجتُ من التحسُّس تجاه الابن، وشعرت بالتحسُّن جسدياً وذهنياً بعدَ إكمالِ المعالجة، حيث لم تُعدْ تستيقظ من نومِها متألمةً في كلِّ صباح. كما بدأت تفقد من وزنها بعدَ المعالجة فوراً، وأرادت أن تشارك في هذا الكتاب من خلال تضمين قصّتها فيه، أملّةً في إمكانية مساعدة العديد من ضحايا التحسُّس الغافلين. هذا، وقد عانت طوالَ حملِها من غثيان صباحي وصُداع شديدَيْن وتقيؤ وغثيان وتعب إلى حين ولادتها؛ وكانت تعيش على الأدوية، بمقدار جرعة كلِّ أربع ساعات، طوالَ حملِها

للسيطرة على الغثيان. واستناداً إلى ذلك، يمكننا وضع فرضية تنصُّ على أنَّ النساءَ الحوامل اللواتي يعانين من غثيان الصُّباح Morning sickness الشَّدِيد ومن مرضٍ آخر متعلِّق بالحمل قد يَكُنَّ مُتَحَسِّساتٍ لِلْحَنِين؛ فالتَّنَافُرُ بين حَقَلِي الطَّاقَةِ يَمَكِّنُ أَنْ يَكُونَ السَّبَبُ فِي الإِجْهَاضَاتِ.

يَمَكِّنُ عَزْوُ الكثير من أسباب العُقْمِ إلى حالات تحسُّسية مختلفة؛ فإذا كانَ الزَّوْجَانِ يَتَحَسَّسانِ تَجَاهَ بعضهما البعض، أو كانت المرأة متَحَسِّسةً تَجَاهَ نَظَافِ الرَّجُلِ، قد لا يكون الإِخْصَابُ مُمَكِّناً. ولذلك، يجب تحرِّي التحسُّس عند الأزواج العَقِيمِينَ الذين لا يُنْذِرُونَ آيَةَ شَذُوذَاتٍ جَسَدِيَّةٍ أو فِيزِيُولُوجِيَّةٍ أُخْرَى؛ وَيَمَكِّنُ أَنْ يَعُودُوا مُخْصِبِينَ عِنْدَ إِزَالَةِ التحسُّس تَجَاهَ بعضهم البعض.

كانت أنثى عمرها 32 سنة تحاول الحمل على مدى 8 سنوات؛ وكانت جميع الاختبارات طبيعِيَّةً عِنْدَ الزَّوْجِينَ. وقد خضعت للاختبارات تَجَاهَ أَشْيَاءَ مُخْتَلِفَةٍ فِي عِيَادَتِنَا، وَتَبَيَّنَ أَنَّ النَتَاجَ ضَمَنَ الحُدُودِ السَّوِيَّةِ. وأخيراً، وجدنا أنَّ الزَّوْجَةَ كانت مُتَحَسِّسةً تَجَاهَ مَنِيِّ زَوْجِهَا. وبعدَ مُعَالَجَتِهَا بِالنَّسْبَةِ إِلَى ذَلِكَ، حَمَلَتْ فِي غُضُونِ ثَلَاثَةِ شُهُورٍ.

عانت امرأة أخرى من ربو شَدِيدٍ على مدى 15 سنة، وبدأت عاجزةً بسبب الربو عِنْدَمَا جَاءَتْ إِلَى عِيَادَتِنَا؛ وَقَدْ أُجْرِيتْ لَهَا مُعَالَجَةٌ تَجَاهَ مُخْتَلَفِ الأَرْجِيَّاتِ الطَّعَامِيَّةِ وَالبَيْئِيَّةِ... إلخ، واستمرَّ الربو يُزَعِّجُهَا كُلَّ لَيْلَةٍ. وأخيراً، تَبَيَّنَ أَنَّ لَدَيْهَا تحسُّساً تَجَاهَ زَوْجِهَا، أَدَّى إِلَى عِلَاقَةِ رَبَوِيَّةٍ اسْتَمَرَّتْ 15 سنة هِيَ مَدَّةُ زَوَاجِهَا. وَقَدْ عُولِجَتْ بِطَرَايِقِ إِزَالَةِ التحسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ تَجَاهَ زَوْجِهَا، وَزَالَ الرَّبُّ عَنْهَا.

قد يبدو التحسُّسُ بَيْنَ الأَشْخَاصِ غَيْرَ قَابِلٍ لِلتَّصْدِيقِ: بَيْنَ الزَّوْجِ وَالزَّوْجَةِ، وَالْأُمِّ وَالابْنِ، وَالبَنَاتِ وَالآبَاءِ وَالْإِخْوَةَ أَوِ الْأُخُوتِ أَوِ بَقِيَّةِ أَفْرَادِ الْعَائِلَةِ، الشُّرَكَاءِ فِي الْعَمَلِ، صَاحِبِ الْعَمَلِ وَالْعُمَّالِ، زُمَلَاءِ الْعَمَلِ، المُدْرِّسِينَ وَالطُّلَّابَ؛ لَكِنَّ ذَلِكَ حَقِيقِيٌّ كَمَا قَدْ اكْتَشَفْنَا؛ فَكَمْ رَأَى مِنْكُمْ عِلَاقَاتٍ سَعِيدَةٍ سَابِقَةٍ انْتَهَتْ بِالصَّرَاحِ وَالتَّنَافُرِ؟ وَكَمْ رَأَى مِنْكُمْ صَرَاعاً بَيْنَ الآبَاءِ أَوْ مُشَاجِرَاتٍ وَتَنَافُراً بَسِيطاً بَيْنَ الْإِخْوَةِ وَالْأُخُوتِ؛ وَعِنْدَمَا يَكْبُرُ ذَلِكَ، يَنْتَهِي بِصَرَاحٍ شَدِيدٍ وَعِلَاقَاتٍ مُتَفَكِّكَةٍ؟ وَيَنْشَأُ الْعَدِيدُ مِنَ الآبَاءِ عَلَى كَرَاهِيَّةٍ أَطْفَالَهُمُ وَالْعَكْسُ بِالْعَكْسِ. وَكَمْ مِنَ الأزْوَاجِ الْمُتَحَايِينَ يَنْتَهِي بِهِمُ الأَمْرُ بِالطَّلَاقِ، وَبِكْرَاهِيَةِ بَعْضِهِمُ الْبَعْضَ بَقِيَّةَ حَيَاتِهِمْ.

أتى شَقِيقَانِ فِي أَوَائِلِ الْخُمْسِينَاتِ مِنَ الْعَمْرِ إِلَى عِيَادَتِنَا لِلْمَعَالِجَةِ مِنَ التَّحَسُّسِ؛
وَمَعَ أَنَّهُمَا كَانَا يَعِيشَانِ بَعِيدَيْنِ عَنْ بَعْضِهِمَا الْبَعْضَ عَدَّةَ أَمْيَالٍ، لَمْ يَسْتَطِيعَا أَنْ
يَقْتَرِبَا أَحَدُهُمَا مِنَ الْآخَرِ وَلَوْ لِبُضْعِ دَقَائِقٍ، وَظَهَرَا وَكَأَنَّهُمَا أَمْضِيَا حَيَاتَهُمَا فِي صِرَاعٍ
وَعِرَاكٍ دَائِمَيْنِ فِي كُلِّ مَرَّةٍ يَتَقَابِلَانِ فِيهَا. كَانَ لَدَى الشَّقِيقَيْنِ الْكَثِيرُ مِنَ الْحَالَاتِ
التَّحَسُّسِيَّةِ (الْأَرْجِيَّاتِ) تَجَاهَ مَوَادٍ مُخْتَلِفَةٍ وَتَجَاهَ بَعْضُهُمَا الْبَعْضَ. وَقَدْ عُولِجَا بِطَرَائِقِ
إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ تَجَاهَ جَمِيعِ الْمُسْتَأْرِجَاتِ الْمَعْرُوفَةِ، بِمَا فِي ذَلِكَ
التَّحَسُّسِ بَيْنَهُمَا. وَالْآنَ، هُمَا مِنْ أَفْضَلِ الْأَصْدِقَاءِ، وَمِنْ أَفْضَلِ الْأَشْقَاءِ أَيْضًا، وَهُمَا
يَحَاوِلَانِ التَّعْوِيزَ عَمَّا فَاتَهُمَا كَمَا يَقُولَانِ.

يُمْكِنُ أَنْ تَتَحَوَّلَ جَمِيعُ هَذِهِ الْعَوَامِلِ الْخَارِجِيَّةِ إِلَى مَشَاكِلٍ دَاخِلِيَّةٍ؛ فَإِذَا لَمْ يُنْتَبَهَ
لَهَا بِشَكْلِ صَحِيحٍ، قَدْ تَوَدَّيَ إِلَى أَمْرَاضٍ شَدِيدَةٍ؛ فَالْحَقْلُ الْكَهْرَطِيسِيُّ الْخَاصُّ بِكَ
مُتَفَرِّدٌ وَمُخْتَلَفٌ عَنِ الْحَقُولِ الْآخَرَى؛ لِذَلِكَ، مِنَ الْمُمْكِنِ تَمَامًا أَنْ تَشْعُرَ بِضُرُوبٍ
مُخْتَلِفَةٍ مِنَ النَّتَاجِ نَتِيجَةَ الْإِنْجَذَابِ أَوْ التُّفُورِ بَيْنَ حَقْلِي الطَّاقَةِ عِنْدَمَا يَكُونَانِ عَلَى
مَقَرَّةٍ مِنْ بَعْضِهِمَا الْبَعْضَ.

كَانَتْ أُنْثَى عُمُرُهَا 46 سَنَةً تَعَانِي مِنَ الْآلَامِ مَفْصَلِيَّةٍ وَتَعَبٍ شَدِيدٍ وَرَبُو عَلَيَّ
مَدَى 12 سَنَةً؛ لَكِنَّهَا كَانَتْ بِصَحَّةٍ جَيِّدَةٍ مِنْ دُونِ آيَةِ شِكَاوَى قَبْلَ ذَلِكَ. كَمَا أَنَّ
أُمَّهُا كَانَتْ تُعَانِي مِنَ الرُّبُو طَوَالَ حَيَاتِهَا وَمَاتَتْ بِهِ بِعَمْرِ 44 سَنَةً. وَلَمْ يَكُنْ لَدَى
الْإِبْنَةِ عِلَامَاتٌ أَيُّ تَحَسُّسٍ إِلَى أَنْ بَلَغَتْ مِنَ الْعَمْرِ 34 سَنَةً. وَقَدْ اخْتَبَرْتُ الْمَرَأَةَ
وَجَرَى تَقْيِيمُهَا بِالنِّسْبَةِ إِلَى الْأَرْجِيَّاتِ عَلَى يَدِ أَرْبَعَةِ اخْتِصَاصِيِّينَ آخَرِينَ فِي
التَّحَسُّسِ، وَتَبَيَّنَ أَنَّهُ لَا وَجُودَ لِلتَّحَسُّسِ مُطْلَقًا لَدَيْهَا. وَكَانَ عَلَيْهَا أَنْ تَقْضِيَ مَعْظَمَ
وَقْتِهَا دَاخِلَةً إِلَى الْمُسْتَشْفَى وَخَارِجَةً مِنْهُ بِسَبَبِ الْآلَامِ الْمَفْصَلِيَّةِ وَالرُّبُو. وَفِي غُضُونِ
يَوْمٍ أَوْ مِثْلَ ذَلِكَ مِنْ دُخُولِ الْمُسْتَشْفَى كَانَتْ تَتَحَسَّنُ حَالُهَا؛ وَعِنْدَمَا كَانَتْ تَعُودُ
إِلَى الْبَيْتِ، تَبْدَأُ بِالْأَرْيزِ Wheezing خِلَالَ بَضْعِ سَاعَاتٍ. وَقَدْ بَدَأَتْ عَائِلَتُهَا
بِالانتِقَالِ إِلَى مَقَرٍّ آخَرَ مُعْتَقِدَةً أَنَّ الْمَشْكَلَةَ فِي الْمَنْزِلِ.

وَفِي عِيَادَتِنَا، وَجَدْنَا مِنْ خِلَالَ طَرَائِقِ اخْتِبَارَاتِ نَامِبُودِرِيَادِ الْعِضْلِيَّةِ أَنَّهَا لَمْ
تَكُنْ مُتَحَسِّسَةً لِلْأَطْعَمَةِ وَغِبَارِ الطَّلَعِ وَالْأَعْشَابِ وَالْمَوَادِّ الْبَيْئِيَّةِ وَالْهَرُمُونَاتِ
وَالْأَقْمِشَةِ وَالْمَوَادِّ الْكِيمِيَاءِيَّةِ... إلخ. هَذَا، وَقَدْ تَزَوَّجَتِ الْمَرَأَةُ قَبْلَ 12 سَنَةً،

وحصلت نبوة الربو الأولى لديها بعد شهر من الزفاف. وبالبحث في ذاكرتها، تذكرت أن آلامها المفصليّة وتعبها ظهرًا قبل ظهور الربو لديها بأسبوع أو أسبوعين على الأقل. لقد اختبرت تجاه زوجها، فتبيّن أنّها تتحسّس بشدّة له، لكنّه لم يكن متحسّساً تجاهها. ولذلك، عولجت من التحسّس لزوجها، واستغرق ذلك سبعة أيّام. وبعد أن تخلّصت من التحسّس تجاه زوجها، اختفت آلامها المفصليّة وخفّ الربو لديها أيضاً. ومنذ ذلك الحين، لم تعد تناول الأدوية للسيطرة على الربو.

يتحدّث المنجّمون Astrologers عن التوافق Compatibility، فهل هو حقيقي؟ لقد سمعت عن أناس أُصيبوا بالمرض بعد الزواج أو بعد العيش معاً بشكل صميمي؛ كما رأيت أناساً يكسبون فرصاً جيّدة أو حتّى يربحون في اليانصيب أو يكسبون الجائزة الكبرى Jackpot في رحلة شهر العسل إلى لاس فيغاس Las Vegas. ورأيت أيضاً أداءً جيّداً لبعض الشراكات رغم كلّ المعوقات أمامها، بينما يُفلس شركاء آخرون رغم اجتهدهم في العمل وإخلاصهم. وبالمثل، أنت ترى الكثير من أصدقائك الذي كانوا من العاشقين يتزوّجون، وفي غضون أشهر قليلة يكرهون بعضهم البعض وينفصلون. ليست قضايا كيمياء الجسم والتوافق جديدة على مُفرداتنا؛ لكن من الصّعب تفسير السبب في حدوث ذلك؛ وهناك عبارات مختلفة يمكن أن تصفَ هذه الأحداث، مثل "الافتقار إلى الفهم" و"العش" و"الحُبث" ... إلخ.

قد تكون سبق أن رأيت أو سمعت عن أحدث مثلما يلي:

فقد أب عمّله بعد يوم من ولادة الابن؛ أُصيب رجل سليم بوعكة بعد الزواج مباشرة؛ تعرّض عريسٌ صحيح الجسم للسعة حيّة ومات في ليلة زفافه؛ أُصيب عريسٌ سليم تماماً بنوبة قلبية ليلة الزفاف؛ أُصيبت عروسٌ سليمة بربو شديد بعد يوم من ليلة زفافها، واستمرّ الربو لديها لسنوات؛ أصبحت عروسٌ صحيحة البدن طريحة الفراش بعد بضعة شهور من الزفاف؛ ماتت أمٌ جديدة بعد الولادة، أو أصبحت هذه الأم الجديدة مجنونة بعد الولادة وألزمت بالبقاء في الحجز المقيّد؛ أُصيب عمّ (أبو الزوج) بالمرض، ومات بعد يومين من وصول العروس إلى العائلة؛

أُصِيبَت الْعَمَّةُ (أُمُّ الزَّوْجِ) بِسَكْتَةٍ وَأُدْخِلَتِ الْمُسْتَشْفَى بَعْدَ يَوْمٍ مِنَ الزَّفَافِ، وَقَدْ يَلْقَى بَعْضُ الْحَاضِرِينَ عَلَى ذَلِكَ بِالْقَوْلِ بِأَنَّ زَوْجَةَ الْإِبْنِ جَلَبَتْ لَهُ الْحِظَّ السَّيِّئَ.

لَا يُمَثِّلُ ذَلِكَ سِوَى تَأْثِيرِ سَلْبِيٍّ أَوْ إِيْجَابِيٍّ لِلشُّحْتَيْنِ الْكَهْرَطِيسِيَّتَيْنِ بَيْنَ جَسْمَيْنِ؛ فَالشُّحْتَانِ الْمُخْتَلِفَتَانِ بَيْنَ جَسْمَيْنِ بَشَرِيَّيْنِ (شَخْصَيْنِ)، تَمَامًا مِثْلَ الْعَوَامِلِ الْخَارِجِيَّةِ أَوْ الدَّاخِلِيَّةِ الْمُسَبِّبَةِ لِعَوَائِقِ الطَّاقَةِ، يُمْكِنُ أَنْ تُؤَدِّيَا أَيْضًا إِلَى عَوَائِقٍ فِي الطَّاقَةِ وَاضْطِرَابَاتٍ فِي التَّوَازُنِ أَوْ أَمْرَاضٍ فِي كِلَيْهِمَا؛ فَإِذَا كَانَتِ الشُّحْتَانِ مُتَنَاقِضَتَيْنِ بَيْنَ الشَّخْصَيْنِ، فَإِنَّمَا تَسَاعِدَانِ عَلَى حِفْظِ خُطُوطِ الطَّاقَةِ مِنْ دُونِ عَوَائِقٍ فِي كِلَيْهِمَا.

يُعَانِي بَعْضُ الْأَطْفَالِ مِنْ أَمْرَاضٍ بَسِيطَةٍ مُخْتَلِفَةٍ، مِثْلَ حُمَّى الْكَلَأِ وَالتَّشْنِجِ الْبَطْنِيِّ (الْمَعْصِ) وَصُعُوبَاتِ التَّعَلُّمِ وَالْإِفْتِقَارِ إِلَى التَّرْكِيزِ وَفِرْطِ النَّشَاطِ... إلخ؛ وَقَدْ يَكُونُ هَؤُلَاءِ الْأَطْفَالُ مُتَحَسِّسِينَ تَحَاهِ وَالِدِيهِمْ أَوْ بَعْضَ أَفْرَادِ الْعَائِلَةِ الْآخَرِينَ فِي الْمَنْزِلِ؛ وَيُمْكِنُ أَنْ يَتْرَكَ هَؤُلَاءِ الْمَنْزِلَ، بَاحْثِينَ عَنِ الرَّاحَةِ فِي مَكَانٍ آخَرَ، لِأَنَّهُمْ كَانُوا أَرْجَحِينَ تَحَاهِ آبَائِهِمْ، حَيْثُ كَانُوا يَشْعُرُونَ بِالِاخْتِنَاقِ فِي الْبَيْتِ بِسَبَبِ الطَّاقَةِ الضَّارَّةِ (السَّلْبِيَّةِ). وَلَمْ يَفْهَمْ الْأَطْفَالُ وَلَا الْآبَاءُ مَاذَا كَانَ يَحْصِلُ لَهُمْ. وَبَدَأَ أَنْ جَهْدَهُمْ تَكَرَّرَتْ لِلْبَقَاءِ فَقَطْ. وَعِنْدَمَا خَطَّطَ الْوَالِدَانِ لِإِنْجَابِ الْأَطْفَالِ، تَرَاءَى لَهُمَا الْكَثِيرُ مِنَ الْأَحْلَامِ السَّعِيدَةِ لِلْمُسْتَقْبَلِ. وَعِنْدَمَا أَنْجَبَ الْآبَاءُ الْأَطْفَالُ، لَمْ يَكُنْ أَحَدٌ أَسْعَدَ مِنْهُمْ. وَلَكِنْ إِذَا كَانَتِ الطَّاقَةُ بَيْنَ الْآبَاءِ وَالْأَطْفَالِ مُتَوَافِقَةً جَيِّدًا، عِنْدَهَا سَيُغَمَّرُ الْبَيْتُ بِالْكَثِيرِ مِنَ السَّعَادَةِ، وَرَبَّمَا يَحْصِلُ الْأَبُ عَلَى تَرْقِيَةِ بَعْدَ وَلَادَةِ الطِّفْلِ مُبَاشَرَةً، وَقَدْ تَرِثُ الْأُمُّ مِقْدَارًا كَبِيرًا مِنَ الْمَالِ أَوْ الْأَمْلاكِ مِنْ عَمٍّ بَعِيدٍ، لِأَنَّهَا أَقْرَبُ وَرِثٍ مَعْرُوفٍ عَلَى قَيْدِ الْحَيَاةِ عِنْدَمَا تُوفِّيَ عَمُّهَا فَجَاءَ⁽¹⁾.

كَمْ مَرَّةً سَمِعْتُ أَوْ وَاجِهْتُ قِصَصًا وَحْشِيَّةً حَقِيقِيَّةً مِثْلَ الْقِصَّةِ الْوَارِدَةِ فِي فِيلِمِ "الطِّفْلُ الْمُشْكِِلُ" Problem Child؟" فِي الْوَاقِعِ، قَدْ تَقُولُ بِأَنَّ هَذِهِ مَجْرَدُ قِصَّةٍ! لَكِنَّكَ قَابِلَت - بِلَا شَكٍّ - الْكَثِيرَ مِنْ أَطْفَالٍ صَعْبِي الْمَرَاسِ؛ فَالطِّفْلُ فِي فِيلِمِ "الطِّفْلُ الْمُشْكِِلُ" قَدْ يَكُونُ وُلِدَ بِقُوَّةٍ مَغْنَطِيسِيَّةٍ ضَارَّةٍ مِنْ حَوْلِهِ تَحَاهِ وَالِدِيهِ؛ فَإِذَا جَرَى تَصْحِيحُ الطَّاقَةِ الْمَغْنَطِيسِيَّةِ الضَّارَّةِ تَحَاهِ عَائِلَتِهِ وَأَصْدِقَائِهِ، لَنْ يُعَانُوا مِنْ مِثْلِ هَذِهِ الْمِحْنِ.

(1) تعبر هذه الآراء عن رأي المؤلفة (المترجمة).

يمكن أن تكون قد شاهدت بعض الحن العائليّة التي تحصل بعد ولادة أحد الأطفال، لكنك لم تربط بينها وبين التحسّس. وفي إحدى الحالات، أصبح الأب عاطلاً عن العمل بمجرد ولادة طفله؛ في حين فقد أب آخر يده وساقه في حادثة؛ كما تعرّض زوجان لحادثة في الطّريق عندما كانا يجلبان رضيعهما من المستشفى إلى المنزل، ومات الوالدان على الفور، بينما بقي الرضيع على قيد الحياة. وأصبحت أم أخرى عاجزة بسبب المضاعفات التالية للولادة Postpartum complications. وفي مثل هذه الحالات، إذا كانت طاقة الطفل قوية جداً أو ضارة للأم، قد تكون حياة الأم في خطر أيضاً. أمّا إذا كانت طاقة الوالدين (طاقة الأم والأب معاً) أقوى من الطاقة الضارة للطفل، فقد يجد الأب عملاً بعد فترة، كما يمكن أن تخرج الأم من الطور الحاد للمرض، أو تبدأ حالتها الماليّة بالتحسّن؛ لكن مع نمو الطفل، يمكن أن تظهر المشاكل من جديد، حيث قد يواجه الوالدان والطفل مشاكل صغيرة في البداية، ثم تنمو المشاكل الصغيرة إلى أخرى كبيرة.

وأخيراً، يمكن أن يشعر الطفل بالانزعاج من والديه، ويبدأ بالبحث عن منزل أو عن الراحة في مكان آخر؛ فإذا لم يجد الأطفال الدعم والإرشاد المناسبين مع أناس غير متحمسين، يمكن أن يدخلوا في شراكة خاطئة، وربما في عالم المخدرات والكحول، حيث تُغطي المخدرات والكحول شعوراً مؤقتاً وخاطئاً بالعافية؛ وقد يُسيئوا الفهم ويدخلوا في مرحلة الإدمان، كما يمكن أن يتركوا البيت ويهيّموا على وجوههم، باحثين عن المخدرات والكحول أو عن وسائل الكسب. هذا، وقد يكون التناقص بين الوالدين والأطفال صغيراً جداً في البداية؛ لكن عند وجود عدم توافق في الطاقة، يمكن أن تصبح فروق الطاقة الصغيرة أكبر شيئاً فشيئاً بمرور الوقت، وتزداد المشكلة، ممّا يؤدي إلى مشاكل وخلافات مُزعجة لا ضرورة لها، وهذا ما يقود الأطفال إلى البحث عن الملاجئ، وإلى اللجوء إلى المجموعات والعصابات غير الصحيّة، والدخول في عالم الكحول والمخدرات أو القيام بأفعال مدمرة للذات.

جسيء بولد عمره 7 سنوات إلى العيادة بهدف المساعدة تجاه بعض الحالات التحسّسية لديه؛ وتبيّن أن لديه تحسّساً لبعض العناصر الطعاميّة ولوالدته ووالده

وَجَدْتُهُ الَّتِي تَعِيشُ مَعَ الْعَائِلَةِ؛ كَمَا كَانَ الْوَلَدُ قَدْ عُولِجَ مِنْ فَرْطِ النَّشَاطِ وَمِنْ مَشَاكِلِ سُلُوكِيَّةٍ؛ وَهُوَ يَجِدُ عَلَى الدَّوَامِ سَبَباً لِلنِّزَاعِ وَالصِّبَاحِ فِي كُلِّ مَرَّةٍ يَكُونُ فِيهَا مَعَ وَالِدَيْهِ؛ فَمَثَلًا، "أَنْتِ لَا تُحِبِّينِي يَا مَمَا، أَنْتِ تَكْرَهِينِنِي؛ لَا أُرِيدُ أَنْ أَعِيشَ فِي هَذَا الْمَنْزِلِ. أُرِيدُ أَنْ أَمُوتَ. أَمَتْنِي أَنَّنِي لَمْ أُولَدْ؛ وَدَدْتُ لَوْ أَنَّ لَدَيَّ أُمًّا أُخْرَى أَوْ أَبًا أُخَرَ". وَكَانَ وَالِدَاهُ يَشْعُرَانِ بِالذَّنْبِ وَالْقَلْقِ، وَلَا يَعْرِفَانِ مَا يَفْعَلَانِ، لِأَنَّهُمَا يُحِبَّانِهِ كَثِيرًا، وَيَجْهَلَانِ كَيْفِيَّةَ التَّعَامُلِ مَعَ الْمَشْكَلَةِ. وَكَانَ الْوَلَدُ مَعْرُوفًا بِأَنَّهُ طَائِشٌ وَمَلِيءٌ بِالطَّاقَةِ طَوَالَ طِفْلُوته.

وَبَعْدَ أَنْ عُولِجَ تَجَاهَ أُمِّهِ وَأَبِيهِ وَجَدْتُهُ، تَغَيَّرَتْ شَخْصِيَّتُهُ نَحْوَ الْأَفْضَلِ؛ وَأَصْبَحَ أَكْثَرَ هُدُوءًا، وَصَارَ يَشْعُرُ بِكَثِيرٍ مِنَ الرَّاحَةِ فِي الْبَيْتِ، وَبَدَأَ يَعْجُرُ عَنْ حُبِّهِ تَجَاهَ الْجَمِيعِ، كَمَا بَدَأَ بِإِحْرَازِ دَرَجَاتٍ جَيِّدَةٍ فِي الْمَدْرَسَةِ. وَلَمْ يَعْذُ يَتَحَادَلْ أَوْ يَتَصَارَعَ مَعَ وَالِدَيْهِ مِنْ دُونِ مَبْرُورٍ بَعْدَ الْمُعَالَجَاتِ. لَقَدْ كَانَ الْوَالِدَانِ وَهَذَا الْوَلَدُ مِنَ الْأَشْخَاصِ الْقَلَائِلِ الْمُؤَقِّقِينَ، لِأَنَّهُمْ وَجَدُوا الْفُرْصَةَ لِكَشْفِ الْأَرْجِيَّاتِ (الْحَالَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ) لَدَيْهِمْ فِي الْوَقْتِ الْمُنَاسِبِ، قَبْلَ أَنْ تَخْرُجَ الْأُمُورُ عَنِ السَّيْطَرَةِ. وَقَدْ اسْتَطَاعَ وَالِدَا الْوَلَدِ أَنْ يَنْفَسَا الصُّعْدَاءَ؛ فَعِنْدَمَا يَكْبُرُ الْوَلَدُ، لَنْ يَخَالِطَ الْمَخْدُرَاتِ أَوْ الْكُحُولِ أَوْ مِثْلَ هَذِهِ الْأَشْيَاءِ الضَّارَّةِ، لِأَنَّهُ يَشْعُرُ الْآنَ بِالْأَمَانِ وَالذِّفَاءِ وَالْحَنَانِ فِي كِنْفِ وَالِدَيْهِ؛ كَمَا قَدْ لَا يَشْعُرُ وَالِدَاهُ بِالْقَلْقِ تَجَاهَ مَشَاكِلِهِ السُّلُوكِيَّةِ ثَانِيَةً.

جِيءَ بِطِفْلٍ عَمَرُهُ 6 سِنَوَاتٍ يَشْكُو مِنْ فَرْطِ النَّشَاطِ Hyperactivity؛ كَمَا ذَكَرْتُ وَالِدَيْهِ أَنَّهُ كَانَ مُؤْذِيًا جَدًّا فِي الْمَنْزِلِ، يَخْرُبُ وَيَرْمِي الْأَشْيَاءَ مِنْ حَوْلِهِ، وَيُؤْذِي أَشْقَاءَهُ، وَيَتَشَاوَرُ مَعَ أَشْقَائِهِ الْأَكْبَرِ سِنًا طَوَالَ الْوَقْتِ، وَيُؤْذِي أُخْتَهُ الصَّغِيرَةَ وَيَجْعَلُهَا تَبْكِي. لَقَدْ كَانَتِ الْأُمُّ خَائِفَةً أَنْ تَتْرَكَهُ وَحْدَهُ مَعَ أَشْقَائِهِ، حَتَّى لَبِضَعَ دَقَاتِقَ.

عِنْدَمَا أَتَتْ بِهِ إِلَى عِيَادَتِنَا، بَدَأَ شَدِيدَ التَّمَلُّمِ، يَتَحَرَّكُ فِي الْغُرْفَةِ بِاسْتِمْرَارٍ مِنْ دُونِ تَوَقُّفٍ وَلَوْ لِلْحِظَّةِ؛ وَكَانَتْ تَطْلُبُ مِنْهُ أُمُّهُ الْهُدُوءَ عَلَى الدَّوَامِ. لَكِنَّهُ كَانَ يَتَصَرَّفُ وَكَأَنَّهُ لَمْ يَسْمَعْهَا، غَيْرَ أَنَّهُ اسْتَجَابَ جَيِّدًا لِمَوْظُفِّي الْعِيَادَةِ. وَعِنْدَمَا كَانَ مَعَ أَحَدِ الْمَوْظُفِّينَ، بَدَأَ هَادِئًا وَاسْتَجَابَ لِأَوَامِرِ الْمَوْظُفَّةِ، وَذَكَرَ اسْمَهُ وَسَاعَدَهَا عَلَى تَرْتِيبِ قِطْعِ لَعِبَةِ الْمَتَاهَةِ. وَلَكِنْ بِمَجَرَّدِ دُخُولِ الْأُمِّ إِلَى الْغُرْفَةِ، تَغَيَّرَ سُلُوكُهُ بِشَكْلِ

ملحوظ. وأخبرتنا إحدى الجارات التي لديها أطفال آخرون في العمر نفسه بأن هذا الولد يتصرف بشكل طبيعي تماماً عندما يذهب للعب مع أطفالها في منزلها. وكانت الأم تظن أن القطة والكلاب في المنزل قد تكون هي السبب في هذا السلوك الغريب؛ وقد كان الولد شديد التحسس للسكر والمعادن الزهيدة.

وبعد أن عولج تجاه العناصر الغذائية، بقي سلوكه على ما هو عليه؛ وكان أخوه الأكبر سناً يلوم والديه على إيلائه اهتماماً خاصاً. وقد ذكرت أمه اليائسة بأنها كانت تفكر هي والدة جدياً بتسليمه للتبني على مضض، لأنه كان يخرب العائلة، ومن الصعب كثيراً التعامل معه. وقد أمضيت نحو ساعة من المناقشة مع الوالدين في محاولة لتفسير التحسس بين الأشخاص، وكيف يمكن أن يؤثر ذلك في العلاقات العائلية، وما يمكن تحقيقه بطرائق إزالة التحسس بحسب نامودرياد للتغلب على هذا التحسس. هذا، وقد تبين أن الولد لديه تحسساً تجاه أمه وأبيه وأشقائه الآخرين، وأيضاً تجاه الكثير من الأطعمة والعوامل البيئية؛ وعولج بالنسبة إلى جميع أفراد العائلة. وبعد أن عولج تجاه جميع أفراد العائلة بنجاح، أصبح سلوكه طبيعياً. وبعد مضي سنتين، يبدو ولداً سعيداً جداً ومحبباً وذكياً ولا يسبب الكثير من المشاكل. والآن، يشعر الوالدان بالسرور، وقد عدّلا عن خططهما في تسليمه للتبني.

بدأت امرأة شابة أخرى تشكو من الشقيقة بعد أسبوع من زفافها؛ وبقيت تعاني من حالة شديدة من الشقيقة على مدى 20 سنة، ثم تبين أنها تتحسس لزوجها. وقد عولجت وتخلصت من الشقيقة. ويمكن تفادي الكثير من الكراهية إذا قام الناس باختبار أنفسهم تجاه الأرجيات المحتملة قبل أن يدخلوا في علاقات جدية. ومن الممكن في المستقبل، عندما يُقرر شخصان الدخول في علاقة أو شراكة، أن يزورا طبيباً لديه معرفة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامودرياد للتحقق من وجود تحسس تجاه بعضهما البعض، بدلاً من الذهاب إلى منجم لاختبار التوافق بينهما.

عندما يُعالج الناس تجاه بعضهم البعض، لا تعود هناك معاناة من المشاكل التي يواجهونها؛ وإذا ما تعلم الجميع طريقة هذه الاختبارات والتحقق من الحالات

التحسُّسية، يمكن أن تُبنى عالماً سعيداً. كما يمكن إنقاذ الكثير من الزَّيَّجات والعلاقات، والتَّقليلُ من هروب الأطفال؛ وقد نَحُدُّ من الإدمان على المُخدَّرات والعادات السيئة الأخرى. وستحلُّ الصَّداقاتُ والحب والرعاية بين النَّاسِ بدلاً من العداوات والخلافات.

العَوائِقُ الانفعاليَّةُ (العاطفيَّة) المُسبِّبةُ للأعراض الشَّبيهة بالتحسُّس

ينبغي أن يكونَ الجسمُ مُتوازناً جسدياً وتغذوياً ونفسياً لبناء الصِّحَّة السَّويَّة؛ فإذا ما كنت مُتوازناً، يمكن أن تؤثرَ صحتك فيك بشكل كبير. هذا، ويتعلَّم أطباءُ طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد النظرَ إلى الجسم ككل، وتطبيق المعالجات الضرورية.

يمكن أن تُؤدِّي العَوائِقُ الانفعاليَّةُ (العاطفيَّة) Emotional blockages إلى مشاكل شديدة، تُحاكي الأرجيَّات أو المشاكل الصحيَّة المختلفة الشائعة الأخرى. ويُدرَّبُ أطباءُ طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد على عزْل أو استفراد العَوائِقُ الانفعاليَّة عن الأرجيَّات البسيطة، والتخلُّص منها بشكل دائم، بالأسلوب نفسه الذي يتعاملون فيه مع الأرجيَّات التغذويَّة أو البيئيَّة البسيطة. وقد عاجلنا مئات المرضى الذين لديهم عَوائِقُ انفعاليَّة كانت السَّببُ الأوَّلِي في مشاكلهم الصحيَّة.

شوهدت امرأة عمرها 25 سنة في عيادتنا وهي تشكو من نَعَب شديد ونوبات متكرِّرة من الإغماء وغثيان ونقص شهية (فَهَم) وأرق وقيء متكرَّر وأوجاع جسميَّة معمَّمة في كلِّ مرَّة تأكل فيها الحلويَّات؛ وذكرت أنَّها كانت تُصاب الإغماء كثيراً وهي طفلة، وتتقيأ في كلِّ مرَّة تأكل فيها الحلويَّات؛ ولم تتذكَّر حصول أي رض في طفولتها.

لقد اظهرت أرجيَّات انفعاليَّة تجاه جميع الأطعمة، لا سيَّما تجاه السكر والشوكولاته؛ وقد تبيَّن من خلال الطرائق العصبيَّة النفسيَّة Neuro-emotional techniques (NET) (التي اكتشفها الدكتور سكوت وُوكر Scott Walker في إنسينيتاس Encinitas) والاختبارات الحركيَّة Kinesiological testing، أنَّها تعرَّضت للإيذاء من قبل جارها عندما كانت بعمر 3 سنوات؛ وقد افترض أنَّ الطفلة المتَّهكة

أُغْرِيتَ بِحُلْوَى الشُّكُولَاتِ، وَتَعَرَّضْتَ لِلتَّحَرُّشِ حِينَمَا كَانَتْ تَأْكُلُ هَذِهِ الْحُلْوَى. وَبِمَكْنِ أَنْ تَكُونَ اسْتَجَابْتَ لِهَذَا الْمَهْجُومِ غَيْرِ الْمَتَوَقَّعِ بِالْخَوْفِ، كَمَا أَنَّهْ قَدْ تَكُونُ أَصِيبَتْ بِالْإِغْمَاءِ عِنْدَ مَهَاجَتِهَا. وَرَبَّمَا قَدْ تَقَيَّاتُ مِنَ الْخَوْفِ مِثْلَمَا يَفْعَلُ الْكَثِيرُ مِنَ الْأَطْفَالِ عِنْدَمَا يَكُونُونَ خَائِفِينَ.

لَقَدْ أَصِيبَ دِمَاغُهَا بِالْارْتِبَاكِ، لِأَنَّهَا كَانَتْ سَعِيدَةً عِنْدَمَا حَصَلَتْ عَلَى الْحُلْوَى وَأَكَلَتْهَا؛ لَكِنْ عِنْدَمَا هُوَ جَمَتْ، أَصْبَحَتْ خَائِفَةً وَحَزِينَةً وَكَانَتْ الْحُلْوَى لَا تَزَالُ فِي فَمِهَا. لِذَلِكَ، رَبَّمَا تَلَقَّى دِمَاغُهَا رِسَالَةً مُلْتَبِسَةً مِنَ الْأَعْصَابِ الْمُرْسَلَةِ بِأَنْ أَكَلَ الْحُلُويَّاتِ (الْحُلْوَى) كَانَ السَّبَبُ فِي خَوْفِهَا وَحُزْنِهَا؛ وَسَجَّلَ الدِّمَاغُ مِلَاحَظَةً مِنْ هَذِهِ الْإِشَارَةِ الْخَطِيرَةِ، وَلِذَلِكَ فَهُوَ بَدَأَ بِإِعْطَاءِ إِشَارَاتٍ حَوْلَ الْخَطَرِ الْمَحْتَمَلِ عَلَى صِحَّتِهَا عِنْدَ أَيِّ تَمَاسٍ مُسْتَقْبَلِيٍّ مَعَ جَمِيعِ الْحُلُويَّاتِ؛ وَهَذَا هُوَ السَّبَبُ فِي تَفَاعُلِهَا التَّحْسُّسِيَّةِ (الْأَرَجِيَّةِ) نَحَاءَ جَمِيعِ الْأَطْعَمَةِ. هَذَا، وَقَدْ عُولِجَتِ الْمَرَأَةُ بِالنِّسْبَةِ إِلَى هَذَا الْعَاقِبِ الْإِنْفَعَالِيِّ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُبُودِرِيَاد. وَبَعْدَ الْمَعَالِجَةِ مِنْ هَذِهِ الْحَادِثَةِ (الرَّض)، تَوَقَّفَ تَفَاعُلُهَا نَحَاءَ الطَّعَامِ بِوَجْهِ عَامٍ، وَتَخَلَّصَتْ مِنْ نَوْبَاتِ الْإِغْمَاءِ. وَقَدْ اتَّصَلْنَا بِهَا بَعْدَ ثَلَاثِ سِنَوَاتٍ مِنَ الْمَعَالِجَةِ، وَنَحْنُ نَكْتُبُ هَذَا الْكِتَابَ، وَوَجَدْنَا أَنَّهَا لَا تَزَالُ سَعِيدَةً حَتَّى هَذِهِ اللَّحْظَةَ.

عَانَتْ امْرَأَةً عَمَرُهَا 50 سَنَةً مِنْ نَقْصِ سَكَّرِ الدَّمِ Hypoglycemia مِنْذُ الطِّفْلُولَةِ؛ وَتَبَيَّنَ أَنَّ لَدَيْهَا تَحْسُّسًا شَدِيدًا نَحَاءَ السَّكَّرِ. وَعِنْدَمَا عُولِجَتْ مِنَ السَّكَّرِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُبُودِرِيَاد، تَخَلَّصَتْ مِنَ التَّحْسُّسِ الْفِيزِيَايِيِّ (الْجَسَدِيِّ) وَالْكِيمِيَايِيِّ؛ لَكِنَّ التَّحْسُّسَ الْإِنْفَعَالِيَّ (النَّفْسِيَّ) بَقِيَ عَلَى مَا هُوَ عَلَيْهِ، وَأَصْبَحَ تَفَاعُلُهَا بِنَقْصِ سَكَّرِ الدَّمِ مُتَّفَاقِمًا. وَعِنْدَ إِجْرَاءِ الْمَزِيدِ مِنَ الْاسْتَقْصَاءَاتِ بِشَأْنِ ذَلِكَ، تَبَيَّنَ أَنَّ هِيَ حِينَمَا كَانَتْ بِعُمُرِ 5 سِنَوَاتٍ، قَلَّلَ وَالِدَاهَا اسْتِهْلَاكَهَا لِلْسَّكَّرِ، قَائِلِينَ بِأَنَّ السَّكَّرَ كَانَ سَيِّئًا لِلصَّحَّةِ. وَفِي أَحَدِ الْأَيَّامِ، أَتَى أَحَدُ أَصْدِقَاءِ الْعَائِلَةِ لِلزِّيَارَةِ، وَأَعْطَاهَا صُنْدُوقًا مَلِيئًا بِقَضْبَانِ الشُّكُولَاتِ كَدَلَالَةٍ عَلَى الْحُبِّ؛ لَكِنَّ مَجْمُودَ مَا غَادَرَ الصَّدِيقَ الْمَنْزَلَ، أَخَذَتْ مِنْهَا الْأُمُّ صُنْدُوقَ الشُّكُولَاتِ وَرَمَتْهُ فِي الْمَرْحَاضِ قَبْلَ أَنْ تُنَاحَ لَهَا فُرْصَةُ الْأَكْلِ مِنْهُ؛ وَشَعُرَتِ الطِّفْلَةُ بِالْأَسَى وَبَكَتْ كَثِيرًا، وَلَمْ تَسْمَحْ الْأُمُّ لِنَفْسِهَا بِتَفْسِيرِ السَّبَبِ لِلطِّفْلَةِ فِي هَذِهِ السُّلُوكِ الْقَاسِي، وَهَذَا

ما حَبَّرَ الطِفْلَةَ وتركَ لديها جُرْحاً لم يَنْدَمِلْ في فُؤادِها ودماغِها. ومنذ ذلك الحين، أصبحت تُعاني من تفاعلٍ أو استجابةٍ مُزعِجةٍ في كلِّ مرَّةٍ يحصل لها تماس مع السكر أو مُنتجاته، وقد أسيءَ تَشخيصُ ذلك على أَنَّهُ نَقْصُ سكرِ الدم على مدى السَّنين الخمس والأربعين الماضية. وعندما عُولِجت من هذا العائق الانفعالي بِطرائقٍ إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، لم تُعُدْ تعاني من نَقْصِ سكرِ الدَّم.

افترضْ أَن شَخْصَيْنِ كانا يَتشاجران وهما يأكِلان الفُشار Popcorn؛ وانزعجَ أحدهما وخرَجَ من العُرْفَةِ، وكان الآخر غاضباً جداً من الشخص الذي تركَ العُرْفَةَ؛ وكان يُفكِّرُ بِطريقةٍ لحلِّ المشكلة أو العودَةِ إليه، لكنَّهُ استمرَّ في أكلِ الفُشار من دون إظهار أيِّ اهتمام. في الواقع، يمكن ألاَّ يَتَذَكَّرَ في مرحلة لاحقة أَنَّهُ أَكَلَ كلَّ الفُشار؛ فخلال تناوله للفُشار، كان دماغُهُ يُنبِّهُ بالغضبِ والاستياء، ولم يُعَلِّمِ الدِّماغَ عن الأكل الحقيقي، أو أَن الأكلَ الحقيقي أُغْفِلَ بسبب أولويَّةِ الحالة أو الوَضْع. لقد كان الدِّماغُ مُذَكِّراً لأكلِ الفُشار، ومُدْفوعاً إلى رَبْطِ ذلك بالغضبِ والاستياء، ومُسجِلاً هذه العلاقة. وفي المُستقبل، سِيُحذَرُ الدِّماغُ عند كلِّ تماسٍ لاحقٍ مع الفُشار من الحادثة السَّابقة للغضبِ والاستياء خلال أكله، ممَّا يحاكي تفاعلاً تحسُّسياً. وبَعْدَ الإتمام التَّامِّ للمعالجة من الغضب، يمكن ألاَّ يَعُودَ التحسُّسُ الجسدي والتغذوي أبداً، لكنَّ التحسُّسَ النَّفْسي (الانفعالي) قد يعود عدَّةَ مرَّاتٍ إذا لم تُنْتَبَهَ إلى تَجَنُّبِ الأفكار الحزينة خلال الأكل أو الطَّبْخ. ومن المهمَّ جداً أخذ تحضير الطَّعام واستهلاكه بالحسبان للحصول على أفضل تَمَثُّلٍ للعناصر المغذية Nutrients؛ فكيف يمكنك تجنُّب عودَةِ الحالات التحسُّسية الانفعالية؟

عادات الأكل الجيدة الكفيلة بالوقاية من العوائق الانفعالية (النفسية)

تَجَنَّبِ الأكلَ عندما تكون في ظروف الكَرْبِ أو الانزعاج؛ وحافظْ دائماً على الأفكار السَّارة خلال تحضيرك للطعام وأكله؛ ويمكنك أن تعرفَ موسيقاك المفضَّلة خلال الطَّبْخ أو الأكل؛ فعندما تحضِّرُ الطَّعامَ بكثيرٍ من الحماسة والمشاعر الدَّافئة، فأنت تمزج الطَّعامَ بطاقة حرَّة الجريان من عَوائِق، وهذا ما يُعزِّزُ القيمة الغذائية للطعام عدَّةَ مرَّاتٍ؛ أمَّا إذا كنت تطبخ بعاطفة سلبية، تنتقل طاقتك الكهرطيسية السلبية إلى الطعام المحضَّر. وحينما يدخل الطَّعامُ معدتك مَصْحوباً

بمشاعر الحب والسرور، يُدَلِّجُ جِسْمَكَ وَعَقْلَكَ العنصرَ المغذية، ويُساعد جِسْمَكَ وَعَقْلَكَ على النموّ الصحيّ. وَيُبارِكُ الكثيرُ من الناسَ طعامَهُم قبل تناوُلِهِ، وتُعْطِي هذه الشّعيرةُ العَقْلَ أو الذّهْنَ فُرْصَةً للتَّخَلُّصِ من جميع الانفعالات المضطّربة، وإعطَاء شعور بالروحانيّة Spirituality قَبْلَ الأكل. وتستطيع تَحْتَبَ هذه الانفعالات المضطّربة والعلاقات الطعاميّة عندما تنظّف ذُهْنَكَ؛ ولكن قد لا يستمرّ ذلك بعد المباركة إذا تواصلَ الجدالُ والسليّة. لذلك، حاولْ أن تَأْكَلَ مع أناسٍ يشاركونك الأفكار السارّة، ويجعلون من الطّعام حدثاً سعيدياً. وتجنّب التّزاع وتبادل الكلمات السيئة والأخبار المزعجة... إلخ، خلال تناوُل الطّعام؛ ممّا يحول دون تكرار العوائق الانفعاليّة مع الطّعام.

كانت امرأةٌ عمرها 46 سنة تعاني من تفاعلٍ شديدٍ للكلوروكس Clorox والمبيّضات؛ ففي صباح أحد الأيام، عندما كانت عروساً جديداً بعمر 19 سنة، قرّرت حَكْ مغسلة المطبخ وتَنظيفها؛ فدخلَ والدُ زوجها وأثنى عليها قائلاً ما أحسن ما تصنعين، وذكرَ أنّه لم يَرَ المغسلة أكثر سطوعاً وبريقاً من ذي قَبْل؛ ووقفت والدّة زوجها بجانبها والامتعاض بملاً وجهها وعينيها، وأجابت قائلةً بأنّها تُحافظ دائماً على حَوْضِ الفسيل أنظف من ذلك، لكنّه لا يهتم له، ولو لمرة واحدة؛ وهذا ما أدّى إلى شعور الكُتّة (زوجة الابن) بالحزن الشديد، ومنذ ذلك الحين تتأدّى من رائحة أيّة مادّة كيميائيّة أو من لَمْسها. وبعد أن عولجت من هذه الحادثة، أصبحت قادرةً على استعمال المواد الكيميائيّة والمنظّفات من دون أيّة تفاعلات ضارّة.

عانى رجلٌ عمره 59 سنة، على مدى بضع سنوات ماضية، من صداعٍ شديدٍ متكرّرٍ بعد تناوُل أيّ نوعٍ من الحبوب؛ وتبيّن من خلال الاختبارات الحركيّة أنّه تعرّضَ لخسارة مالية عندما كان بعمر 41 سنة، فقد خسرَ عمله في مطعمه، وأصبحَ شديدَ الاكتئاب بشأن ذلك؛ وربما كان يأكل الخبز ومُنتجات الحبوب خلال حزنه على خسارته الماليّة، فافترضَ دماغه المشوّش أنْ أَكَلَ الحبوب ومُنتجاتها يجعله حزيناً. لذلك، بدأ دماغه بإصدار إشارات تحذيريّة، مثل صداع الشقيقة، عند أيّ تماسٍ مستقبلي مع الحبوب. وبعد معالجته من هذه الحادثة، لم يعد يشكو من الصداع المُعتاد.

كانت تعاني فتاة عمرها 28 سنة من كوابيس Nightmares، وتستيقظ مَرعوبةً على الدَّوام؛ ثُمَّ لا تعود قادرةً على العُودةِ إلى النَّومِ لعدَّةِ ساعات. وكانَ حلمُها دائماً حَوْلَ نارٍ مُحترقةٍ؛ وهي لا تتذكَّرُ أيَّةَ صدمةٍ في طفولتها أو حادثةٍ تحدَّثت عنها عائلتها. وتعيشُ الفتاةُ الآن على مسافةِ آلافِ الأميالِ بعيداً عن المنزل، ولم يُعَدِّ والدها على قَيْدِ الحَيَاة. وقد تبيَّنَ من خلالِ الاختباراتِ الحركيَّةِ أنَّه عندما كانت بعمر 6 أشهر، تُعرَّضُ للإخافةِ بنارٍ مُروَّعةٍ. وبعدَ مُعالجتها من العائقِ الانفعاليِّ، لم تُعَدِّ تُشكو من الأحلامِ والكوابيسِ المُرعبةِ. وقد تحيَّرت من هذا الإيجاءِ الطفولي الذي حرَّبَ الكثير من سنواتِ عمرها الجميلةِ.

وأخيراً، زارت جدَّتها المسنَّةَ التي مَضَتْ في إخبارها بأنَّه حصلَ لديهم حريقٌ عندما كانت بعمر 6 أشهر تقريباً، وكانت مريضةً بسببِ استنشاقِ الدُّخان. وكانَ الجميعُ يعتقد بأنَّ مرضها ناجمٌ عن استنشاقِ الدُّخان، لكنَّ الخوفَ في الحقيقة كان سببَ مَرَضِها؛ إذا افترضنا أنَّ الرضْعَ والأطفالَ الصَّغار لا يفهمون أيَّ شيء، وأنتم لا تُفسِّرون الأشياءَ لهم بشكلٍ صحيحٍ عندما تحصلِ الكارثة، لذلك يبقى الدِّماغُ متحيراً ببقيةِ حياتهم. ولذلك من المهمِّ إحداثِ تواصلٍ أفضلٍ مع الرضْع والأطفال. فهم لا يُعبِّرون بالكلمات، لكنَّهم يستطيعون فهمكم جيِّداً.

كانت امرأةٌ عمرها 50 سنة تَتَحَسَّسُ تجاهَ المال، وتجاهَ العديدِ من العناصرِ الطَّعاميَّةِ والعواملِ البيئيَّةِ. وقد عولجت من التحسُّسِ للمال، وتخلَّصت من جميعِ الأرجيَّاتِ الطَّعاميَّةِ.

الاكتئاب

يَجرِي الحديثُ كثيراً عن موضوعِ الاكتئابِ السَّريري Clinical depression هذه الأيام؛ ومن الصَّعبُ جداً إيجادَ شَخْصٍ طبيعيٍّ بَعْدَ الآن؛ ففي أيِّ وقتٍ من الأوقات، يُعاني أيُّ شَخْصٍ تقريباً من الاكتئابِ السَّريري. وتُعدُّ الزيادةُ في الموادِ الكيميائيَّةِ في بيئتنا ومبيداتِ الحشراتِ والهوامِ Pesticides في طعامنا سبباً مُساهماً في ازديادِ المشاكلِ؛ إنَّه عالَمٌ كيميائيٌّ تَزْدَادُ فيه الموادُ الكيميائيَّةُ المُلقاةُ كُلَّ يومٍ؛ فكلُّ ما تُشترى من خضارٍ وفواكهٍ وحُبوبٍ ولحومٍ وحبِّابٍ مُعالِجٍ بالموادِ الكيميائيَّةِ.

وُستَعْمَلُ هذه الموادُ الكيمائيةُ لِقَتْلِ الجراثيم الضارة أو الطفيليات أو آية كائنات حية أخرى مُسببة للمرض.

إنَّه عَصُرُ العلم والتكنولوجيا؛ فقبلَ عدَّة سنين مَضَتْ، وقبلَ اكتشافِ الجراثيم ومبيدات الجراثيم Germicides والمضادات الحيوية Antibiotics، كانت الكثير من الأرواح تُخَصَّد بالعدوى والأمراض المُعدية. وقد ساعدَ اكتشافُ مختلف المواد الكيميائية والعوامل المضادة للجراثيم والمضادات الحيوية والأدوية كثيراً على تحسين نوعية الحياة؛ ولكن قد تَحَسَّسَ أيُّ دواء أو مادة كيميائية، مثلما يمكن أن تَحَسَّسَ لفيتامين أو طعام طبيعي. وينبغي معرفة هذه الحقيقة بحيث يمكن التخلص من الأرجيات تجاه المواد الكيميائية المفيدة، ثُمَّ تصبح قادراً على الاستمتاع بحياتك مُستعملاً أفضل المُتَجَرَّات العلمية في القرن الواحد والعشرين.

قَدِمَتْ ممرضة قانونية عمرها 32 سنة، سبقَ أن كانت إحدى مريضاتنا، إلى عيادتنا شاكية من الاكتئاب الذي بدأ فعلياً قبلَ أسبوعٍ واحد، وأخذت تبكي بشدة، وذكرت أنها لا تجد مبرراً حتى تعيش أكثر؛ لقد كانت تشعر بأنها مُحترقة ومُكروهة. وأظهرت الاختبارات الحركية أنَّ التفاح المُعلَّب المُنزلي الذي كانت تأكله خلال الأسبوع الماضي سبَّبَ لها الاكتئاب، وجاء التفاح المُعلَّب من بيت أمِّها في شمالي كاليفورنيا، حيث تعلَّب أمُّها التفاح لها. وفي هذه الحالة، كانت تَحَسَّسُ لِلتفاح الذي أثارَ في كبدها وأدَّى إلى عائق في خطِّ الكبد Liver meridian. وبعدَ أن عولجت من التفاح، زالَ عنها الاكتئاب.

كانَ جون John البالغ من العمر 38 سنة يعاني من الاكتئاب معظمَ حياته، وقد جرَّبَ معالجات مختلفة، بما في ذلك المعالجة النفسية Psychotherapy. وتبيَّنَ أنَّ لديه تَحَسُّساً للحديد، حيث كانَ يعمل في تطويع الحديد للزينة في منزله. وعندما عولجَ من الحديد، زالَ عنه الاكتئاب.

الفصل التاسع عشر

الأرجيات البيئية (التحسس البيئي)

تؤثر العوامل الفيزيائية كثيراً في حياتنا اليومية. ويمكن أن يُصاب الأفراد المتحسسون بتفاعلات شاذة عندما يتعرضون لتغيرات الطقس: الحرارة، أشعة الشمس، الرطوبة، الجفاف، البرد، الضباب البارد، الندى، الرياح، القحط، الكهرباء، الإشعاع من مصادر مختلفة (الشمس، القمر، الظلمة، التلفزيون، الحاسوب، أفران الميكروويف)، أفران الغاز، ضغط الهواء، الاحتراق، الضبخن (ضباب دخاني) Smog، والأضواء الاصطناعية؛ فهذا التفاعل الشاذ تجاه العوامل الفيزيائية يمكن أن يُسمى تحسساً أيضاً. ويحصل هذا النمط من التفاعل عند المرضى المصابين بمظاهر تحسسية أخرى غالباً.

يمكن أن يحصل نمطان من التفاعلات:

■ تحصل تفاعلات التماس في موضع التماس مع المستأرج، مثل الشرى أو الطفح اللذين يظهران على الجزء من الجسم الذي يتعرض مباشرة للتماس مع الهواء البارد أو الحرارة.

■ قد تكون التفاعلات الانعكاسية الشكل Reflex-like reactions معممة أكثر، أو تظهر في الجزء الداخلي من الجسم، مثل التأثير في القصات الهوائية.

كانت امرأة عمرها 70 سنة تستمتع بأكل الثلجات (الآيس كريم)؛ لكن في كل مرة تأكلها، تعاني من نوبات من السعال أو الشعور بالاختناق Choking sensation في الحلق. وعندما أذابت الثلجات وشربتها ذائبة ودافئة، زال السعال أو الشعور بالاختناق. كما أدى الماء المثلج إلى التأثير نفسه فيها. وكانت تشعر بالانزعاج في الغرف المكيفة الهواء ذات درجات الحرارة الباردة، وكانت تشكو من الاحتقان الأنفي وانسداد أو سيلان الأنف عندما تمشي في الهواء البارد. لقد

كانت مُتَحَسِّسَةً لِلْبَرْدِ؛ وعندما عُولِجَتْ تجاه مَكْعَبَاتِ الثَّلْجِ، تَبَيَّنَ أَنَّ لديها تَحَسُّسًا لها، ولكنها لم تستجب للماء الساخن أو ماء الحنفية. وحصل لديها تَغْيِيرٌ هَائِلٌ فِي تَفَاعُلِهَا لِلْبَرْدِ عندما عُولِجَتْ تجاه مَكْعَبَاتِ الثَّلْجِ. والآن، لم تُعَذِّبْ تَشْكُو من هَيْجِ الحلق أو السعال عندما تأكل المثلجات، أو عندما تكون في جَوْ مَكْيِفِ الهواء.

حَصَلَ لِسدى امرأة عمرها 55 سنة مشكلةٌ معاكسةٌ تمامًا، حيث لم تكن تَحْتَمِلُ الحَرارة، ولا تَسْتَطِيعُ شُرْبَ حَتَّى السَّوَائِلِ الْفَاتِرَةِ، إِذْ تُصَابُ بِالسَّعَالِ وَيَصْبِحُ جَسْمُهَا أَحْمَرَ. وعندما كانت تسير تحت أشعة الشمس، تُصَابُ بِالشَّرَى وَالطَّفَحِ الْأَحْمَرِ عَلَى كَامِلِ جَسْمِهَا؛ وحينما كانت تَتَوَقَّفُ قَرَبَ مَوْقِدٍ وَتَطْبِخُ أَيَّ شَيْءٍ، يَنْتَهِي بِهَا الْأَمْرُ بِالصَّدَاعِ. كما كانت مُتَحَسِّسَةً لِمُخْتَلِفِ الْأَطْعَمَةِ وَالْمَوَادِّ الْبَيْئَةِ. وبعدَ مُعَالَجَتِهَا مِنْ جَمِيعِ الْمُسْتَأْرَجَاتِ الْأُخْرَى، عُولِجَتْ بِجَاهِ الْمَاءِ السَّاحِنِ، وَأَصْبَحَتْ قَادِرَةً لَيْسَ عَلَى التَّعَامُلِ مَعَ الْحَرَارَةِ بِشَكْلِ أَفْضَلٍ فَقَطْ، بَلْ مَعَ جَمِيعِ الْمُسْتَأْرَجَاتِ الْأُخْرَى أَيْضًا.

كَانَ شَابٌّ عَمْرُهُ 32 سنة يستجيب لأشعة الشمس بطريقة مختلفة، حيث يُصَابُ بِقَرَحَةِ الْفَمِ (قُرَحَاتِ فَمَوِيَّة) Canker sores، فَضْلًا عَنْ سَرَطَانَاتٍ جِلْدِيَّةٍ عَلَى وَجْهِهِ. وَقَدْ أُجْرِيتْ جِرَاحَةٌ لِاثْنَيْنِ مِنْ هَذِهِ السَّرَطَانَاتِ قَرِيبًا. كَمَا كَانَ لَدَيْهِ عِدَدٌ مِنَ الْأَرَجِيَّاتِ الطَّعَامِيَّةِ. وَعِنْدَمَا عُولِجَ بِنَجَاحٍ بِجَاهِ الْفِيْتَامِينِ D وَالْأَشْعَةِ فَوْقِ الْبِنْفَسَجِيَّةِ، نَقَصَ تَفَاعُلُهُ لِأَشْعَةِ الشَّمْسِ. وَكَانَ لَدَيْهِ تَحَسُّسٌ لِلْوَاقِي مِنَ الشَّمْسِ الَّذِي يَسْتَعْمَلُهُ عَلَى جَسْمِهِ. وَلَكِنْ، بَعْدَ أَنْ عُولِجَ بِجَاهِهِ، لَوَحَظَ اخْتِفَاءَ سَرَطَانِ الْجِلْدِ وَعَدَمَ عَوْدَتِهِ بِشَكْلِ لَافِتٍ لِلنَّظَرِ، كَمَا اخْتَفَتِ الْبُقْعَتَانِ الْمَوْجُودَتَانِ.

لَقَدْ تَبَيَّنَ لِمُخْتَلِفِ الْأَطْبَاءِ، عِوَضَ الْعَدِيدِ مِنَ السَّنِينَ، أَنَّ دَرَجَاتِ الْحَرَارَةِ الطَّرْفِيَّةِ الْحَدِيَّةِ (الْقَصْوَى) Extremes of temperature - لَا سِيَّامَا الْبَارِدُ - يُمْكِنُ أَنْ تُثِيرَ نَوْبَاتِ الرَّبْوِ أَوْ الشَّرَى. وَمِنْذَ عَامِ 1860، وَصَفَ أَحَدُ الْأَطْبَاءِ نَوْبَاتِ الرَّبْوِ عِنْدَ رَجُلٍ بِتَطْبِيقِ الْمَاءِ الْبَارِدِ عَلَى مُشْطِ قَدَمِهِ. وَفِي عَامِ 1866، ذَكَرَ طَبِيبٌ آخَرُ أَنَّ الْمَاءَ الْبَارِدَ يُوَدِّي دَائِمًا إِلَى شَرَى شَدِيدٍ عَلَى جِلْدِهِ. كَمَا أَشَارَ طَبِيبٌ ثَالِثٌ فِي عَامِ 1872 إِلَى حَالَةِ امْرَأَةٍ عَمْرُهَا 45 سَنَةً تَتَوَرَّمُ يَدَهَا عِنْدَمَا تُغْمَرُ فِي الْمَاءِ الْبَارِدِ. وَيَتَرَجَّعُ التَّوَرُّمُ بَعْدَ 15 دَقِيقَةٍ مِنْ بُلُوغِ ذَرْوَتِهِ. كَمَا أَدَّى الْهَوَاءُ الْبَارِدُ إِلَى شَرَى

على وجهها ورقبتها. وسبب أكل الثلجات ألماً شديداً في حلقها وشعوراً بالاختناق بشكل فوري.

تؤثر تغيرات الطقس في المرضى المتحسّسين بشكل كبير. ويتأثر المرضى المصابون بالأم مفصلية وتحسّس في السبيل التنفسي بدرجات الحرارة المرتفعة أو المنخفضة. وعندما تنخفض درجات الحرارة، تزداد الرطوبة وتؤثر في مرضى الربو بشكل شديد، بل قد تصبح مميتة في بعض الحالات. كما أن تغير الارتفاع يمكن أن يؤدي إلى صعوبات عند المرضى المتحسّسين. ولا يتأثر بعض المرضى كثيراً في المرتفعات العالية، في حين لا يستطيع البعض الآخر تحملها على الإطلاق. ويمكن أن تؤدي المعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد تجاه الهواء المزفور من الشخص نفسه إلى التحسّس عند المرضى الذين لديهم مشاكل في المرتفعات العالية.

يُصاب بعض الناس إصابة شديدة نتيجة البرد، بحيث يُغمى عليهم أو يفقدون الوعي؛ وقد تنجم الكثير من الوفيات في الفرق عن تفاعل تحسّسي للبرد؛ فالقفز في بركة من الماء البارد - على سبيل المثال - يمكن أن يؤدي إلى التشنج (المعص) و/أو الفرق، حيث يصبح السباح عديم الحركة و/أو فاقد الوعي بسبب شدة الألم. ويمكن في الواقع تفسير وفاة السباح، حتى الخبير، بعد الأكل أيضاً، فربما حصل تفاعل تجاه الطعام الذي أكله، لكن لم يظهر لديه أي عرض ملحوظ إلى حين القوص في الماء؛ فالطعام المأكول مع التفاعل الفيزيائي للبرد تسيباً في توبة تحسّسية شديدة.

كما في الأنماط الأخرى للاستجابات التحسّسية (الأرجية)، قد يتجلى التحسّس

الجمدي (الفيزيائي) بما يلي:

■ الشرى أو الوذمة الوعائية العصبية في اليدين عندما تُغسلان بالماء البارد، والشرى على مناطق الجسم المعرضة للهواء البارد.

■ تورم الشفتين أو تشنج المعدة بعد أكل الأطعمة الباردة.

■ يمكن أن يتحرّض التهاب الأنف التحسّسي (الأرجي) والربو بامتشاف الهواء البارد (يستجيبان جيداً للمعالجة بالهواء والرطوبة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد).

■ ازرقاق الجلد في الهواء البارد واحمراره تحت الشمس الدافئة.

تؤدي التراكيز المنخفضة لبغض المغذيات إلى اضطراب في توازن الجسم غالباً، حيث يواجه انزعاجاً شديداً عند حدوث تغيرات في الطّقس. وقد يؤدي عوز الحديد والفيتامين B12 وحمض الفوليك إلى سوء الدوران الدّموي وعدم كفايته، ممّا يعيق قدرته على تبادل الأكسجين وثنائي أكسيد الكربون بشكل ملائم، ويؤدي ذلك إلى المزيد من الصّعوبات في درجات الحرارة الحديّة. ويعاني الكثير من المرضى الذين لديهم برودة شديدة في القدمين أو اليدين من رداءة الدوران؛ ويتحسّن الدوران لديهم بعد المعالجة تجاه الحديد بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد، ثمّ تناول مُستحضرات (ملحقات) الحديد.

هناك بعض الحالات الحديّة (الفائقة) من المرضى المُصابين بالأرجيّات الفيزيائية؛ فقد كانت إحدى المريضات تُعاني من آلام في الفم والرّيء (القناة الواصلة بين الحلق والمعدة) والمعدة بعد شرب الماء البارد؛ وأدى الهواء البارد إلى تورّم شفّتها ولسانها، ودُمع عينيها، وإصابتها بالسّعال، وسبّب تعرّضها المديد له الربو لديها. وقد عولجت تجاه الأرجيّات الأساسيّة لجميع المغذيات، مثل الكالسيوم والحديد والفيتاميني C و A والمعادن الزّهيدة (النّزرة) والملح وفيتامينات المركّب B والسّكاكر والدهون. وبعد انتهاء هذه العلاجات، لم تُعدّ تعاني من التحسّس للهواء البارد. وعندما تخلصت من التحسّس لمكعبات الثلج، أصبحت قادرة أيضاً على شرب الماء البارد وتناول الثلجات.

لم تكن مريضة أخرى، وهي فتاة مُصابة بالدّاء السّكري والفشل الكلوي، قادرة إلا على مصّ مكعبات الثلج لإرواء عطشها (حيث لم يكن مسموحاً لها شرب الماء). كما كانت تعاني من التهاب القصبات المزمن والسّعال اللذين لم يستجيبا لسلسلة المضادّات الحيويّة القويّة. وبعد نحو ثمانية شهور من السّعال المزمن، جرّبنا معالجتها تجاه مكعبات الثلج. وخضعت لأربع جلسات متعاقبة من المعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد للتخلص من التحسّس. وقد دُهنّا بتخلّصها من السّعال والتهاب القصبات المزمن بعد انتهائهما من المعالجة تجاه مكعبات الثلج.

كانت مريضة أخرى تشكو من الشّرى والحكة واحمرار الجلد والصّداع والإسهال والتعب العام ونوبات الغثي في كلّ مرّة تسير فيها في الشّمس الحارّة أو

تشرب السوائل الحارّة أو تستحم بحمّام حار. وقد عولجت تجاه الماء الحار، ولم تُعَدّ تستجيب للحرارة بتاتاً تقريباً منذ ذلك الحين. وكانت امرأة أخرى تُعاني من ربو شديد في الصيف فقط، وليس في الشتاء. وعندما عولجت تجاه الأرجيّات الطعميّة، نقصَ تفاعلها الربوي للحرارة.

يمكن أن توجد أرجيّات فيزيائيّة في أغلب الأحيان عند مرضى لديهم تحسّس تجاه مواد أخرى أيضاً؛ وفي حين أن الأرجيّة الفيزيائيّة بحدّ ذاتها لا تكفي للتسبّب في نوبة تحسّسية، لكنّ التماس مع المُستأرج المسيء - فضلاً عن العامل الفيزيائي - يمكن أن يعجّل حدوث النوبة. ومن الأمثلة على هذا النمط من التحسّس (الأرجيّة) ما يُشاهد في امرأة كانت تعاني عادةً من نوبات ربو ناجمة عن تعرّض مفاجئ للهواء البارد؛ وعندما عولجت بالنسبة للأطعمة التي تتحسّس لها، فقد تعرّض للهواء البارد تأثّره فيها أيضاً. هذا، ويكوّن بعضُ الناس مُتَحَسِّسين أحياناً لكل من الحرارة والبرودة، وهذا ما يجعلهم بائسين طوال الوقت؛ وقد كان ذلك حالة رجل يُصاب بالشرى والوذمة، وأحياناً بنوبات من الدوخة، بعد لعب التنس؛ وعندما كان يستحم بماء بارد، يعاني من المشاكل نفسها؛ كما وجد أنّه يتحسّس لكل من: كرات التنس، مضارب التنس، الأحذية، الصّابون، الشّامبوهات، والأطعمة المختلفة... إلخ. وبعد معالجته تجاه جميع المُستأرجات المعروفة، فضلاً عن الماء السّاخن ومكعبات الثلج، لم يُعَدّ يستجيب للحرارة أو البرودة.

يتحسّس بعضُ الناس لحرارة الشمس فقط؛ وفي هذه الحالة، يمكن أن يكون لديهم تحسّس لأشعة الشمس الأكتينيّة Sun's actinic rays فقط؛ كما يكون هؤلاء الأشخاص حسّاسين لعناصر مختلفة أيضاً. ويُؤدّي التحسّس لأشعة الشمس، بوجود مُستأرجات أخرى، إلى تفاعلات أكثر سوءاً. وقد كانت هذه حالة رجل يعمل مزارعاً، ولديه التهابٌ جلدي شديد مع احمرار وتورّم شديد وحكة في الوجه

التحسّس لشجرة عيد الميلاد

لقد أمكن التخلص من التحسّس المزعج والمثير لدى زوجتي تجاه شجرة عيد الميلاد بفضل مكثفات الوخز الإبري الرالعة على يد الدكتور ديفي ناسبوربيد؛ فطريتها تُعدّ ثورة في الأسلوب الطبيّ الرّاهن لمعالجة التحسّس لدى جميع الناس.

والشفتين والرقبة واليدين؛ ولم يكن يستطيع العمل إلا خلال الفترة الباكرة من ساعات الصباح أو المتأخرة في المساء، بينما كان يقضي بقية الوقت داخل المنزل. وقد تبين أن لديه أرجيئات (حالات تحسسية) طعامية مختلفة. وبعد المعالجة تجاه جميع العناصر الطعامية، تراجع تفاعله للشمس أيضاً.

عندما تحصل الأرجيئة الفيزيائية بالمشاركة مع التحسس لغبار الطلع أو الأطعمة أو المواد الأخرى، يمكن معالجة المرضى بنجاح بتدبير المستأرجات غير الفيزيائية الأخرى، فلا يعود المرضى متحسسين للعوامل الفيزيائية في أكثر الأحيان. أمّا حينما يعاني الأشخاص من التحسس للعوامل الفيزيائية فقط، فينبغي أن يعالجوا لكل من البرودة والحرارة. وهذه الحالات نادرة المشاهدة كثيراً؛ وفي هذه الحالات النادرة، عندما لا تفيد المعالجات الأخرى، قد يكون من الحكمة تجنب الأطعمة المسخنة "المولدة للحرارة" (استناداً إلى نظرية التغذية الصينية) عند المرضى المتحسسين للحرارة، والأطعمة المولدة للبرودة عند المرضى المتحسسين للبرودة. ولم تُشاهد المؤلف أية حالات في ممارستها لم تستجب جيداً لنوع ما من معالجات التحسس.

قدم جوزيف البالغ من العمر 67 سنة إلى عيادتنا شاكياً من ألم مبرح وطفح أحمر على الأجزاء الوحشية (الجانبية) من الفخذ والساق والقدم لأكثر من أسبوع؛ وقد راجع بعض الاختصاصيين بسبب هذه المشكلة من دون أن يحصل على أية فائدة. واستمر ألمه وعجزه عن الحركة في الازدياد. وقد ركزت الفحوص الحركية على التحسس للسردين الذي كان قد أكله قبل أسبوع. هذا، وعولج تجاه السردين بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودزياد NAET، فاختفى ألمه والطفح لديه خلال بضع ساعات.

ديان القرّ الجميلة

كنت أعاني من الصداع والطفح على نزاعي ولم تظهر ولتهاب الجيوب. وكان لديّ نقصاناً في فقط بإجراءات المعالجة اليدوية. وكنت أعلم في رياض الأطفال، ولربى دود القرّ لمشروع علمي عن دورات الحياة. وعندما عولجت تجاه أوراق شجر التوت، زالت الأعراض عني، ولما الآن أستعمل هذا المشروع العلمي من دون تكرارات مرضية منذ ثلاث سنوات.

أتت مارغريت Margarite البالغة من العمر 59 سنة إلينا بقصة بهق Vitiligo (بقع بيضاء على كامل جسمها، بغضها تحت الذقن وأمام الأذنين وعلى الساقين وخلف الرقبة) منذ 30 سنة تقريباً. وقد تبين أن لديها تحسساً للصفوف والفيتامين C وعث الغبار والخمائر والعفن والفواكه واللبن والخل والكلوروفيل والحبوب الكاملة والميلانين. وعندما عولجت تجاه هذه العناصر، حلّ صباغ جلدي طبيعي محلّ البقع البيضاء.

كانت ماكسين Maxine البالغة من العمر 72 سنة تعاني من قرحات نازة على أنامل يديها منذ سنوات عديدة، وقد جرّبت جميع الأدوية والمراهم الممكنة على هذه القرحات العنيدة. وخلال حديثها عن قصتها، لوحظ أن هوايتها الرئيسية كانت الاهتمام بالأزهار والورود. وبوضع ذلك بالحسبان، جرى اختبارها بالنسبة للزهور باختبارات الاستجابة العضلية، وتبين أن لديها تحسساً شديداً تجاهها. وعندما عولجت من الأرجيات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، شُفيت من قرحاتها المزمنة بشكل رائع.

كانت كاثلين Kathy البالغة من العمر 23 سنة تعاني من نمط من التهاب الجلد الذي لم يستجب لمعالجة المنتجات الغذائية أو المواد الكيميائية أو العناصر البيئية؛ وأظهرت أجزاء مختلفة من جسمها، كالرقبة والشفيتين والوجه والصدر... إلخ، أحاديدي جافة ومقلعة مع نفضات (فقاغات) رقيقة مملوءة بالماء تشبه حروق الدرجة الأولى. وكانت هذه النفضات تنزّ دماً ومصلّاً في أغلب الأحيان. ولم تظهر قصتها المرضية شيئاً غير طبيعي، إلى حين انتقلت للعيش مع خطيبها قبل سنة ونصف. لقد كانت متحسسة للعاب خطيبها. وقد حُلّت مشكلتها الغامضة عندما عولجت تجاه لعاب خطيبها بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

لسعات الحشرات والعناكب

يتفاعل الكثير من الناس تجاه لسعات الحشرات. وقد تكون لسعات العناكب والبسراغيث مُميتة في بعض الحالات. كما يتفاعل الكثير من الأشخاص للدغات النحل والزنابير. وسنورد الآن قصة أُخذت من ممارسة طبيب آخر، حيث قدّمت

إِحْدَى مَرِيضَاتِهِ شَاكِيَةٌ مِنْ عِدَّةٍ لِسَعَاتٍ عَنْكِبُوتٍ عَلَى ذِرَاعَيْهَا. وَحَصَلَ ذَلِكَ فِي أَثْنَاءِ عَمَلِهَا فِي حَدِيقَةِ الْخَضَارِ الْخَاصَّةِ بِهَا. وَكَانَتْ لِلْسَعَاتِ مُؤَلِّمَةٌ جَدًّا، وَكَانَتْ ذِرَاعَاهَا مُتَوَرِّمَتَيْنِ؛ وَقَدْ طَلَبَ مِنْهَا الطَّبِيبُ جَلَبَ أَحَدِ الْعَنَاقِبِ الْمَيِّتَةِ مِنْ حَدِيقَتِهَا. فَعُوجِلَتْ بِطَّرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادٍ مِنْ هَذَا الْعَنْكِبُوتِ. وَبَعْدَ الْمَعَالِجَةِ، شُفِيَتْ جِرَوحُهَا، وَلَمْ تُعَذَّ تَنْزَعِجٌ مِنْ لِسَعَاتِ الْعَنَاقِبِ فِي حَدِيقَتِهَا.

تُعَذُّ لِسَعَاتُ الْبَرَاغِيثِ مِنَ الْعَوَامِلِ الْمُحَسِّسَةِ الْآخَرَى الَّتِي تُغْفَلُ عَادَةً عِنْدَ الْكَثِيرِ مِنْ مَرَضَى التَّحَسُّسِ هَذَا. وَيُذَكَّرُ أَنَّ فَتَاةَ عَمْرُهَا 9 سِنَوَاتٍ كَانَتْ تَعَانِي مِنْ رَبْوٍ شَدِيدٍ طَوَالَ ثَمَانِي سِنَوَاتٍ، وَعُوجِلَتْ تَحَاةِ أَرْجِيَّاتٍ مُخْتَلِفَةٍ، فَأَدَّى ذَلِكَ إِلَى السَّيْطَرَةِ عَلَى إِصَابَتِهَا بِالرَّبْوِ. وَبَعْدَ مَعَالِجَتِهَا مِنْ قَشْرَةِ الْحَيَوَانَاتِ، لَمْ تُعَذَّ الْقَطَطُ وَالْكِلَابُ تَزْعِجَهَا أَبَدًا. وَفِي أَحَدِ الْأَيَّامِ، زَارَتْ بَعْضَ صَدِيقَاتِهَا مِمَّنْ لَدَيْهِنَّ كِلَابٌ. وَبَعْدَ بَضْعِ دَقَائِقٍ، عَادَ الرَّبْوُ إِلَيْهَا، إِذْ كَانَتْ مُتَّحَسِّسَةً لِلْبَرَاغِيثِ. وَعِنْدَمَا عُوجِلَتْ مِنَ الْبَرَاغِيثِ، تَوَقَّفَ حُصُولُ الصُّعُوبَاتِ التَّنَفُّسِيَةِ لَدَيْهَا عِنْدَمَا تَكُونُ بِقُرْبِ الْقَطَطِ وَالْكِلَابِ.

أَتَتْ إِلَيْنِ Ellen البالغة من العمر 59 سنة إلى العيادة ولديها قصة نموذجية للتسمم العارض بحقن المصل Accidental serum injection poisoning؛ فقد كانت تقضي العطلة في نيويورك حيث تعرّضت للسعة نحلة عندما كانت في الباص. ومع أنّها كانت تعلم بأن لديها تحسّساً شديداً للسعات الحشرات منذ كانت طفلة، غير أنّها لم تكن لديها فكرة عن مقدار الزيادة في حالتها التحسّسية عبر السنين. وفي غضون دقائق، شعرت بالغثيان والدوخة، وحصل لديها ضيق في التنفس. ومن دواعي السرور أنّها أخذت إلى وحدة الرعاية الإسعافية في إحدى المستشفيات. وعند وصولها إلى المستشفى، عانت من بعض الضائقة التنفسية Respiratory distress، فعُولِجَتْ مِنْ قِبَلِ الْأَطْبَاءِ، وَأُودِعَتْ فِي الْمُسْتَشْفَى مَدَّةَ 3 أَيَّامٍ.

وعندما عادت إلى كاليفورنيا بعد عشرة أيام، ظلّت تُعَانِي مِنْ بَعْضِ الْإِلْتِهَابِ فِي النَّسِيجِ الْخَلَوِيِّ تَحْتَ الْجِلْدِ (التهاب الهلل) Cellulitis فِي ذِرَاعِهَا الْيُسْرَى. فَجِيءَ بِهَا إِلَى عِيَادَتِنَا. وَبَعْدَ أَنْ تَلَقَّتِ الْمَعَالِجَةَ بِطَّرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادٍ

التفاعل الشديد للسعة النحل

في عام 1968، كنتُ مُسافرة إلى إنكلترا عندما تعرّضتُ للسعة نحلة في ذراعي اليسرى، وعولجتُ بأحد مضادات الهيستامين ومضاد حنوي؛ لكن ذراعي ساحت حالتها باستمرار، فعدتُ إلى بلدي سريعاً بهذه الحالة، معتقدة أنني سلتقي بممرور الوقت. وبعد مرور 9 أيام لاحقاً، شعرتُ بسخونة خفيفة في ذراعي واحمرار غير مألوف، كما تورّمت ذراعي أكثر من ذي قبل وأصبحت أكثر إزعاجاً.

أصرتُ صديقتي على زيارة المكتورة ديفي. وكنتُ خائفة من الوخز الإبري، ولدي معرفة بسيطة به؛ كما كان منظر الإبر في جسمي مزعجاً أيضاً؛ ولكن إذا لم تتفع المضادات الحيوية، فما الذي يمكن أن نلعله؟ وفي ظلّ بلاسي، سمحتُ لها بأن تأخذني إلى عيادتها. ووجدتُ المكتورة ديفي مهتمة وعارفة. وأنتِ ثقّتها التامة من أنها تستطيع مساعدتي إلى قبولي المعالجة، ولاحظتُ أن المعالجة جطنتي أسرخي بل واستمتع. ولم أكن أعتقد أن الإبر لن تؤذي، ولكنني شعرتُ بالتحسن فوراً. وفي الصباح، وبعد الفضل ليلة مريحة منذ أيام، وجدتُ أن التورم قد زال! وتساءلتُ هل هذه ذراعي؟ إنها هي فعلاً! اتصلتُ بها وقلتُ لها: إنها معجزة، أنا أتية اليوم. ومنذ ذلك الحين الذي قد عالجتني فيه من جميع الحالات التنسبية لدي، أشعر بثنائي منعقة من التحمّس الآن.

لإزالة تحسّسها للسعة النحل، اختفى التهابُ الهلل في ذراعها. وبعد سنة، عندما كانت في معسكر، لدغها النحل من جديد، فاضطربت وقادتها صديقاتها إلى أقرب مُستشفى على بُعد 40 ميلاً تقريباً. وجلسن في موقف المستشفى وانتظرن ساعتين حتى يروا ما إذا كانت ستصاب بأيّ تفاعل؛ وبما أنها شعرت بأنها بخير، عُذّن بها من دون الدخول إلى المستشفى. وفي اليوم التالي، جاءتُ إلى مكّتنا، وعلى ذراعها عدة آثار للسعات النحل، وقد بدت مثل طَفَح الحرارة Prickly heat الخفيف، لكنّها لم تُعان من أيّة تفاعلات مُزعجة.

كانَ رجلٌ عمره 79 سنة من كارولينا الشماليّة يعمل دهّاناً عندما كانَ شاباً، وتعرّضَ للسعات الزّنابير عدّة مرّات عندَ صُعوده سلّمه لدهان البيوت؛ وأُصيبَ بالسرطان الذي كان قد انتقلَ (أدّى إلى نَقائل) Metastasized في كامل جسمه عندَ اكتشافه، وقيلَ له أن أُمَامَه ستة شهور للبقاء على قيد الحياة؛ وقد رفضَ أيّة معالجة تقليديّة لمشكلته، لكنّه عُولجَ بالنسبة للأرجيّات المختلفة،

ومنها التحسُّسُ للسَّعات الزَّنابير. وعلى الفُور، بدأت حالته بالتحسُّن، وزادت شهيتُه للطَّعام، ولم يَعدْ يشعر بالنَّعاس أو التَّعب؛ كما زادت أنشطته، وبدأ يمارِس رياضة الغولف من جديد. وبعد سنة، عندما أتى إلى العيادة نفسها التي كانت قد حدَّدت له مدَّة ستة أشهر للبقاء على قيد الحياة، شعر الأطباء بالاستغراب من حالته، وقالوا: "إنَّ معجزة ما قد حصلت". "لقد دخل السرطانُ لديك حالة من الهدأة بطريقة ما". وبالفعل، أدَّى الحقنُ المتكرِّر لسُم الزُّنبور Wasp venom في جسمه إلى حدوث السرطان، حيث حصل تكاثُر شاذ للخلايا في جسمه كَتَفَاعُل تجاه لسعات الزَّنابير؛ ولم يُظهر أيَّة تفاعلات خارجيَّة مثل الشَّرى أو التورُّم... إلخ. وعندما عُولج من السُّمِّ نفسه، استجاب جسمه جيِّداً، وكوَّن الترياق Antidote اللازم لتخريب سُم الزُّنبور والسرطانة Carcinoma التي كانت من التأثيرات الجانبية للسَّعات الزُّنبور؛ وقد زاد مستوى الطاقَة لديه. وعندما ذهبَ إلى المُستشفى للمتابعة، كان السرطان Cancer في حالة من الهدأة.

يَتَفَاعَلُ الكَثِيرُ من النَّاسِ لِلْمُخَصِّبَاتِ المُسْتَعْمَلَةِ في التربة للعناية بالزَّروعات في حَدائقهم؛ وعندما يستعملون الخضار النَّاميَّة هذه المُخَصِّبَات، يبدأ المرضُ لديهم؛ ويَحْتَاجُ هؤلاء النَّاسُ إلى المِعالِجَة تجاه المُخَصَّبِ المُسْتَعْمَلِ في التَّربة.

ماء المدن يُسبِّب التعب والألم

عانيتُ من تعبٍ شديدٍ وألمٍ منتشرٍ في كامل جسمي، وبقيت قدامى متورمَيْن. وعندما بدأت جلست المِعالِجَة مع الدكتورَة ديفي، اكتشفتُ أنَّ ماء المدينة كان يُسبِّبُ آلاماً وتعباً في جسمي. ولم أكنُ أَسْتَعْمَلُ ماء الحنفية للشرب، بل للطبخ والتَّطْلِيف والاستحمام. لقد علَّجتني من ماء الحنفية. وبعد 35 ساعة من المِعالِجَة، تراجع تورُّمُ قَدَمَيَّ والوجعُ والتعبُ في جسمي. ولكن لا زال كلُّ بضعة أشهر أَسْتَجِيبُ للماء، وذلك حسب المواد الكيميائية المُسْتَعْمَلَة في عملية تَقْيِية ماء المدينة. ولذا، أَسْتَطِيعُ التَّعَرُّفَ إلى الأعراض، وأقوم بالاختبارات مباشرة وأُعالِجُ ماء المدينة. وأَسْتَجِيبُ أحياناً لماء الزَّجَاجَات (الماء المُطَبَّب) بالطريقة نفسها. وبفضل طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، فلما أُعِدَّ أجري من طبيبٍ إلى آخر لِكَشْفِ سبب مرضي!

التحسُّن لمبيداتِ الهوامِ (الأقفل)

عندما قُدمتُ إلى الدكتورَة ديفي، لم أكنُ قادرةً على العيشِ في بيتي لمدة 6 أشهر؛ فقد كان جارنا يرش السُّوم، وكنتُ متَحسِّسةً أيضاً لثلاثتنا الجديدة. وبعد المعالجات الأساسية غير القليلة، عالجتني تجاه الثلاثَة ومبيداتِ الهوام، وأصبحت قادرةً على العودة إلى البيت مباشرةً. وبعد ثلاثة أسابيع، رشَ الجارُ مبيداتِ الهوام Pesticides ثانيةً، فكنتُ قادرةً على الخروج من دون مرضٍ بعد 3 أيام من البقاء في الدُاخل والنوافذ مغلقةً. وأنا ممتنةٌ دائماً؛ فرغم بقاء بعض الأشياء المزعجة لي، لكنني أسير بلا شك في الطريقِ الصَّحيح.

الألماسُ دائماً

عندما بدأتُ بمعالجة التحسُّس لدي مع الدكتورَة ديفي، لم أكنُ أستطيع الاستمرار في وجبة الطعام بدون قَطَر أنفي، ومع صعوبة في التنفُّس أحياناً وتَظيفٍ لحثقي وغطاس وتورُّم حول عيني وآلام في صدري ومفاصلي وأسفل ظهري وقدمي وركبتي. وقد شخَّص لي فقرُ الدَّم والتهاب المفاصل والميل إلى المُراق (توهُم المرض) Hypochondria. وكنتُ أشعر بتوثرٍ شديد، ولا أستطيع البقاء مستيقظةً بعد الساعة الثالثة ظهراً، بل أحتاج إلى غفوة لمدة 15 دقيقة لكي أقدر على قضاء بقية يومي؛ كما كنتُ أجد صعوبة في صعود الدَّرَج بسبب الضَّعف في ساقَي، وأشعر بالألم في مفاصل يدي اليُسرى؛ واكتشفت الدكتورَة ديفي أن لدي تحسُّساً للألماس في طوق زفافِي. وعندما كنتُ أقود أكثر من نصف ساعة، أعاني من ألمٍ مبرِّحٍ في ساقَي اليُسرى، ووجدنا أن لدي تحسُّساً لحمض الفورميك Formic acid المستعمل في المُنْتِجات المطاطية الصُّلبة، مثل دُواسَة السيارة (البنزين).

لقد غيَّرت هذه المعالجات حياتي تماماً. وأنا الآن أعمل بنشاط وحيوية وابتهاج. وأستطيع اليوم مع الدكتورَة ديفي تعقُب أي ألم أو وجع جديد نالِم عن التحسُّس لِمادة ما في بيتنا أو عنصر غذائي، وأتخلَّص منه. كما أعالِج من المشاكل المستقبلية الهاجعة، ولكن المحتملة، مثل الأمراض المختلفة؛ وأنا أتوقَّع توسيع أسلوب حياتي بهذه المعالجات، فضلاً عن العيش كلَّ يومٍ بكامله في حالة مثالية من الصَّحة والعافية.

مرشّات الحشرات

يُصابُ بعضُ الناس بالتوعُّك والمرض بسبب مبيدات الحشرات Insecticides التي يرشونها على النباتات أو الأزهار أو داخل البيت لمكافحة الحشرات الصغيرة؛ وتقوم هذه المرشّاتُ بِشَلّ الجهاز التنفسي للحشرات، فتموت في غضون ثوان قليلة إلى دقيقة. وتحتوي هذه المرشّاتُ على مقدار ضئيل من السُّموم؛ تلامس شخصٌ متحسّس مع السُّم، قد يتأثر أيضاً.

وفي بعض الحالات، يؤدّي ماء الشُّرب وماء المدينة إلى مشاكل صحيّة شديدة، حيث تُضافُ المواد الكيميائية المائية إلى الماء لقتل الجراثيم المُمرضة Pathogenic bacteria؛ فإذا لم نقتلها في الماء، قد تقتلنا عندما نشرب الماء. ولكن بعض المرضى المتحسّسين للمواد الكيميائية، يستجيبون بشدّة للمواد الكيميائية المُضافة إلى الماء؛ وإذا ما تعلّم المرضى اختبار ماء المدينة أو ماء الشُّرب كل يوم باختبارات الاستجابة العضليّة، يمكن تجنّب هذه المشكلة.

التَّحَسُّسُ لِلْمُجَوَّهَرَاتِ

يمكن أن يكونَ النَّاسُ مُتَحَسِّسِينَ لِلْمُجَوَّهَرَاتِ والثياب التي يرتدونها، وللمُجَوَّهَرَاتِ والثياب التي يرتديها الآخرون؛ كما قد يكونون مُتَحَسِّسِينَ لمواد يُصادفونها عندما يزورون أصدقاءهم أو يتسوّقون أو يذهبون إلى المسارح أو إلى مكان آخر يجتمع فيه النَّاس. هذا، وكانت امرأة شابة مريضة في عيادتنا تعاني من انسداد الجيوب وألم في الطرفين العلويين ومن تنمل Numbness في أجزاء معينة من الجسم أحياناً عندما تجلس في غرفة الانتظار لدينا. وكانت تدعي أنّها تصبح أفضل عندما تبتعد عن العيادة. وكان موظفو المكتب يشعرون بالذنب تجاه ذلك، وقرروا إجراء استقصاءات.

لقد خُطِّطَ لمعالجتها في الوقت نفسه مثل سيّدة أخرى كانت ترتدي عقداً بلّورياً كبيراً. وكانت كلتاها في العيادة في الوقت نفسه تنتظران رؤية الطَّبيب؛ واكتشفنا أن المرأة الأولى متحسّسة للبلّور الذي ترتديه المرأة الثانية، كما كان حقل طاقة البلّور قوياً جداً، مثل الألماس، وقد أثّر في حقل طاقة المرأة الأولى من على بُعد

10 أقدام (3 أمتار). ومنذ ذلك الحين، جعلنا معالجة كل منهما في أوقات مختلفة إلى حين معالجة المريضة المتحسّسة من البلّور.

كَانَ رَجُلٌ شَابٌ يُعَانِي، عَلَى مَدَى 10 سنوات، من عَدَوَى مُسْتَمِرَّةٍ بِالْخُمَائِرِ وَمِنْ مُتَلَاذِمَةِ التَّعَبِ الْمُزْمِنِ والتَّعَبِ النَّفْسِيِّ والتَّعَرُّقِ اللَّيْلِيِّ والعَصَبِيَّةِ وَضعف الذاكرةِ وَمِنْ اضطراباتِ نَفْسِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ؛ وَقَدْ رَاجَعَ عَدَدًا مِنَ الْأَطْبَاءِ والمعالِجِينَ السِّدَوِيِّينَ والمُخْتَصِّصِينَ بِالْوَحْزِ الإِبْرِي واختصاصِي التغذيةِ لِلْحُصُولِ عَلَى بَعْضِ التَّحَسُّنِ. وَحَاوَلَ الانْتِحَارَ، وَلِذَلِكَ حَصَلَ عَلَى اسْتِشَارَاتِ نَفْسِيَّةٍ مُنْتَظِمَةٍ. وَقَدْ عَوِجَ عَلَى مَدَى الشُّهُورِ السَّتَّةِ اللاحقةِ فِي عِيَادَتِنَا تَجَاهَ مُخْتَلَفِ الْأَرْجِيَّاتِ، وَأَظْهَرَ تَقْدُّمًا مُلْحَظًا.

لَقَدْ تَوَقَّفَ عَنِ التَّعَرُّقِ اللَّيْلِيِّ والتَّعَبِ، وَتَحَسَّنَتْ ذَاكِرَتُهُ، وَتَخَلَّصَ مِنْ عَدَوَى الْخُمَائِرِ لِلْمَرَّةِ الْأُولَى مِنْذَ 10 سنوات؛ وَبَدَأَ بِحَيَاةٍ طَبِيعِيَّةٍ حَتَّى مَا قَبْلَ 3 - 4 أَشْهُرٍ، حَيْثُ عَادَ فَحَاةً إِلَى عِيَادَتِنَا بَاكِيًا، وَقَالَ إِنَّهُ عَادَ إِلَى الْبَدَايَةِ تَقْرِيْبًا. وَعِنْدَمَا قُمْنَا بِاِخْتِبَارِهِ تَجَاهَ الْعُنَاصِرِ الْمُخْتَلَفَةِ الَّتِي سَبَقَ أَنْ عَوِجَ مِنْهَا، تَبَيَّنَ أَنَّهُ غَيْرُ مُتَحَسِّنٍ لِأَيِّ شَيْءٍ. لَقَدْ لَاحِظْنَا أَنَّهُ كَانَ يَرْتَدِي عَدَدًا مِنَ الْمُجَوَهَرَاتِ: أَرْبَعَةُ أَقْرَاطِ ذَاتِ أَرْبَعَةِ أَحْجَارٍ مُخْتَلَفَةٍ فِي إِحْدَى أُذُنَيْهِ، عَقْدٌ ثَقِيلٌ مَعَ مُعَلَّقٍ ذَهَبِيٍّ وَفَضِيٍّ ضَخْمٍ، ثَمَانِيَةِ خَوَاتِمِ ذَاتِ أَحْجَارٍ فِي أَصَابِعِهِ (أَلْمَاسٍ، يَاقُوتٍ، زُمْرُودٍ، عَقِيقٍ، فَيْرُوزٍ... إلخ، وَسَاعَةٌ ذَهَبِيَّةٌ مَرْصُوعَةٌ بِالْيَاقُوتِ). وَعِنْدَمَا اخْتَبَرْنَا تَجَاهَ الْأَحْجَارِ الْكَرِيمَةِ، تَبَيَّنَ أَنَّ لَهُ تَحَسُّسًا شَدِيدًا لَهَا؛ وَقَدْ ذَكَرَ أَنَّهُ تَرَكَ جَمِيعَ الْمُجَوَهَرَاتِ عِنْدَمَا بَدَأَ الْمُعَالَجَاتِ مَعَنَا قَبْلَ شُهُورٍ مَضَتْ. كَانَ مُغْرَمًا بِالْمُجَوَهَرَاتِ، وَقَدْ بَقِيَ يُزَيِّنُ نَفْسَهُ بِهَا عَلَى مَدَى عَشْرِ سَنَوَاتٍ. وَبِمَا أَنَّهُ بَدَأَ يَشْعُرُ بِالتَّحَسُّنِ، عَادَ لِيَرْتَدِيهَا ثَانِيَةً، فَعَادَتْ إِلَيْهِ جَمِيعُ الْأَعْرَاضِ السَّابِقَةِ. وَقَدْ عَوِجَ تَجَاهَ جَمِيعِ الْمُجَوَهَرَاتِ، وَأَصْبَحَ مِنْ جَدِيدٍ بِحَالَةٍ مِنَ الصَّحَّةِ وَالسَّعَادَةِ.

الْبُلُورَاتُ وَالْأَحْجَارُ

قَدْ يَكُونُ التَّيْسُّ وَالْأَلْمُ فِي الْكَتِفَيْنِ وَالتَّوَثُّرُ فِي أَعْلَى الظَّهْرِ بِسَبَبِ التَّحَسُّسِ لِلْمُجَوَهَرَاتِ.

لقد استُعملَ الذهبُ في مُعالجة التهاب المفاصل عدداً من السنين؛ فإذا كنت تتَحَسَّس للذهب، يمكن أن تتفاقم أعراضُ التهاب المفاصل لديك؛ فحينما تكون مُتَحَسِّساً لمادة ما، قد تزداد أعراضُ المرض الذي يُفترض أن تعالجه هذه المادة.

لقد كانت فتاةً عمرُها 27 سنة ضحيةً للتحسُّس للذهب؛ فقد تزوجت بعمر 22 سنة، وارتدت سلسلة ذهبية تُخينة حول عنقها حسب العادات والتقاليد في الهند؛ ولم يَكُنْ يُسَمَح لها بنزع السلسلة إلى أن تموت أو يموت زوجها. وقد أخذت تشعر بألم شديد في رقبتهَا وكتفَيْهَا، فذهبت من طَبيب إلى آخر للحصول على بعض التحسُّن. وفي أحد الأيام، أصبح ألمها شديداً جداً، ممَّا دفعها إلى الذهاب سريعاً إلى قسم الطوارئ؛ وأظهرت الصُّورُ الشعاعية حِداً واضحةً للفقرة الرقبية الخامسة تحت الذقن مباشرة. وأُبقيت في المستشفى، ودُمِجت الفقرة، فتَحَسَّنت حالتُها تماماً طوالَ شهرين. ثُمَّ بدأت تُعاني من ألم مُبرِّح من جديد؛ فجاءت إلينا هذه المرأة، ووجدنا أنَّ لديها تحسُّساً للسلسلة الذهبية الخينة التي تَرْتديها. وعولجت تجاه الذهب، واختفت آلامُها الرقبية وأوجاعُ جسمها. ولا تزال ترتدي السلسلة حول رقبتهَا. ومنذ ذلك الحين، لم تُعَدْ قلقةً من أية تفاعلات جديدة.

الحرارة والبرودة والظلمة

كانت هيلين Helen، البالغة من العمر 74 سنة، تحب شُرْبَ الماء البارد، لكنَّها تغصُّ بالماء البارد المثلج دائماً، وتُصاب بسعال تحسُّسي جاف عندما تأكل المُثلجات. وقد عولجت تجاه جميع المكونات في المثلجات، ولا تزال تُشكو من نوبات السعال وحوادث الاختناق. وأخيراً، عولجت تجاه مكعبات الثلج الحقيقية، ومنذ ذلك الحين أصبحت تستمتع بالمثلجات من دون اختناق.

كان جون John يُعاني من سعال مستمر طوالَ الشتاء (من تشرين الأول/أكتوبر حتَّى نيسان/أبريل). وعندما يَصْبَح الطقس دافئاً، يَتَحَسَّن السعال لديه. وتتكرَّر المشكلة نفسُها معه كلَّ سنة، فيشرب شرابَ السعال تَكَرَّراً من دون أية فائدة. ولذلك، أحالَه صديقُه إلينا؛ وعندما جَرى تَقْيِيمُه من خلال طرائق اختبارات نامبودر يباد العضلية، تَبَيَّن أنَّ لديه تحسُّساً للبرْد، فعُولج بالنسبة للبرْد (مكعبات الثلج)، ولم يُعَدْ يعاني من السعال طوالَ فصول الشتاء الخمسة الأخيرة.

كان سميت Smith، البالغ من العمر 49 سنة، يعاني من الربو طوال حياته؛ وقد اشتدت النوبات مع تقدّمه في العمر، ولم تُعدّ المناشِق (أجهزة الاستنشاق) Inhalers والكورتيزون تُجدي معه نفعاً مثلما كانت سابقاً، وأُجبرَ على زيادة الجرعات بشكلٍ متكرّر للحصول على بعض الفائدة. ثُمَّ سمعَ عن طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد من خلال أحد أصدقائه، وعالجه اختصاصي آخر في هذه الطرائق العلاجية تجاه مواد غذائية وبيئية مختلفة، فتحسّنت طاقته وشعر بالتحسّن إجمالاً، لكنّ الربو لم يتحسّن. وبعدَ 84 جلسة علاجية، أحاله طبيبه إلى للتّقييم. وبعدَ تقيّمه من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، وجدت أنّه يستجيب للرطوبة. فعولج بالنسبة للرطوبة فوراً؛ وفي أقل من 10 دقائق، ذكر أنّ رئتيه وسيله التنفّسي قد أصبحا سالكيّن، حيث قال: "لقد رفع شيء ما عن صدري"، "وأشعر أنّ الهواء قد ملأ رئتي لأول مرّة في حياتي!" وبعد هذه المعالجة، لم يُعد يشتكي من الهجمات الربوية.

كان رونجا Ronja، البالغ من العمر 5 سنوات، يعاني من الربو منذ أن كان رضيعاً؛ وقد استعمل أدوية مختلفة، لا سيّما في الطقس البارد، وعولج بالنسبة للبرد (الثلج)، ممّا حسّن الحالة لديه بنسبة 30٪ تقريباً. وعندما عولج بالنسبة للرطوبة، زال الربو عنه، ولم يتكرّر ثانية منذ 3 سنوات.

لقد كانت المشكلة عند مايكل Michael، البالغ من العمر 30 سنة، مختلفة. فقد كان يعيش قرب المحيط، ويعاني من الاكتئاب حتّى الساعة 11 صباحاً، ثُمَّ يشعر بالتحسّن مع سطوع الشّمس وانجلاء الضباب. وتحسّن الاكتئاب لديه بعدَ 10 جلسات علاجية أساسية تجاه البرد (مكعبات الثلج) والضباب الرقيق البارد والسّيرتوتونين والنّواقل العصبيّة.

يُعاني الكثير من النّاس من الاكتئاب خلال فصل الشّتاء، ويبدو أنّهم يستجيبون للليالي الطويلة (الظلمة Darkness)، في حين يشعرون بالتحسّن عند عوْدَة الصّيْف. وهذه هي مشكلة الأشخاص الذين يعيشون في أمكنة مثل آلاسكا، حيث تُكون الليالي داكنة وطويلة خلال الشّتاء. ويشعر بعض النّاس بالتحسّن عندما يجلسون أمام أضواء بيضاء ساطعة لبضع ساعات يومياً. هذا، ويبدأ الكثير

من الأشخاص بالميل إلى الطعام خلال الشتاء، وقد يحتاج مثل هؤلاء إلى المعالجة تجاه الفيتامين D والكالسيوم والغدة الصنوبرية Pineal gland والسكر والسيروتونين والحموض الدهنية وحجر المغناطيس والملح؛ وقد تفيد العلاجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد في هذه الحالة.

كانت سينا Seana، البالغة من العمر 42 سنة، تعاني من الاكتئاب، ومن الميل إلى الانتحار؛ وتبين أن لديها تحسُّساً للفيتامين D والكالسيوم والسكر والسيروتونين وحجر المغناطيس والغدة الصنوبرية والحموض الدهنية. وبعد معالجتها بنجاح تجاه ما لديها من أرجيات (حالات تحسُّسية)، لم تعد تعاني من الاكتئاب الشتوي المألوف لديها.

كانت إستر Esther، البالغة من العمر 42 سنة، تُصاب باضطراب عقلي وجسدي في الحرّ، حيث يتورّم جسمها بالكامل في فصل الحرارة أو حينما تمشي تحت الشمس لبضع دقائق؛ ولم يكن بمقدورها أن تشرب السوائل الساخنة أو تناول الأطعمة الحارة من دون الإصابة بالمرض؛ فعندما كانت تأكل هذه الأطعمة، تُصاب بتسرّع قلبي اثنيابي Paroxysmal tachycardia (زيادة شديدة في سرعة القلب)، ويتورّم جسمها ويحمرُّ بالكامل. وقد عولجت تجاه الماء الحارّ جداً؛ وبعد دقائق قليلة من المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، أُصيبت بتشنّجات (مَعض) بطنية وإسهال مستمرّ شديد. ولكنّها، بعد أن أُنهت المعالجة تجاه الماء الحارّ، بدأ جسمها يتكيّف مع الحرارة بطريقة طبيعية.

وقد حصلت موجة من الحرّ في جنوبي كاليفورنيا بعد أسبوع من المعالجة، حيث وصلت درجات الحرارة إلى 40° م، وتعطّلت سيّارتها بعد منتصف الظهر، وكان عليها أن تمشي نحو 15 دقيقة حتّى تصل إلى محطة الوقود لطلب المساعدة. ومن المثير للاستغراب أنّها لم تتأثر بالحرارة مثلما كانت قبل المعالجة، كما لم يحصل لديها تورّم في القدمين مثل العادة. والآن، هي تستمتع بشاي الأعشاب الساخن والحساء الحار، وقد فقدت نحو 16 كغ من وزنها. وفي حالتها، كان التحسس للحرارة هو السبب في سِمَتِها.

هل يمكن أن يؤدي الماء والماء النقي إلى تساقط الشعر؟

مع أنني ذهبتُ عندما تفرختُ على الكتفورة بيني المعالجة من الماء المنقى وماء الحنفية، حيث كنتُ متحسّسةً ل كليهما. وبعدَ للمعالجة، لاحظتُ ظاهرةً غريبةً؛ فهي الماضي، كنتُ فقدتُ شعري في كلِّ مرةٍ أغسلُهُ فيها. وبما أنه كان لديَّ شعرٌ ثخين، لم استغرب ذلك. ولكن في أولِّ صباحٍ غسلتُ فيه شعري بعدَ فترةٍ راحةٍ من معالجةٍ دامت 25 ساعة، لم أفقد شيئاً من شعري عالياً وأنا متفكدةٌ من أن ذلك كان نتيجة معالجةٍ تجاه الماء.

أصببت امرأةً عمرها 38 سنةً بحروقٍ من الدرجة الثانية، مع فقاعات ضخمة، نتيجة أنسكاب حاوية من الماء المغلي عليها. وبعدَ أسبوعٍ من الألم الشديد، عولجت بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد بالماء الحار جداً في مرطبان زجاجي Glass jar. فذهبَ الألم بعدَ 24 ساعة، وشفيَّ جلدُها في غضون أسبوعٍ. كانت جيني Jenny، البالغة من العمر 58 سنة، تُعاني من داء رينو Raynaud's disease، حيث كانت أنامل أصابعها تبقى زرقاء داكنة في الأيام الباردة. فهي كانت تتحسُّس للبرد والحمضيات وقطع اللحم الباردة. وقد تحسَّنت عندما تخلَّصت من التحسُّس لهذه الأشياء.

اعتادَ بيل Bill، البالغ من العمر 67 سنة، على المعاناة من آلامٍ شديدة في الرُكبتين في الطقس البارد أو العائم، وقد تبيَّنَ أنه يتحسُّس لكلوريد الصوديوم والبوتاسيوم والبرد. فمضخة الصوديوم والبوتاسيوم⁽¹⁾ Sodium-potassium pump لديه ربَّما أصبحت أقلَّ نشاطاً عندما كان يُحاط بالبرد. وقد يكون ذلك السبب في رداءة الدوران لديه وتجمُّع الماء في مفاصله الكبيرة، ممَّا يؤدي إلى الألم خلال فصل البرودة.

كانَ لدى أنجيلا Angela، البالغة من العمر 54 سنة، قصة إصابة بنزلة برد بعد الاستحمام والمشي في جوٍّ باردٍ من البيت الرئيسي إلى غرفتها على بعد 45 م؛ وقد عولجت بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد بوجود مكعبات الثلج

(1) مضخة الصوديوم والبوتاسيوم هي مضخة خلوية في خلايا الجسم مسؤولة عن إخراج الصوديوم من الخلية وإدخال البوتاسيوم أو مواد أخرى إليها ضمن الحدود الطبيعية (المترجم).

(البرودة) ومراوح الطاولة (التيار البارد). وأنهت المعالجة الناجحة مشكلتها مع الإصابة بالرُّكام بعد الاستحمام.

زارت سارة Sarah، البالغة من العمر 64 سنة، ينايغ كولورادو Colorado Springs؛ وعند هذا الارتفاع، لاحظت ضيقاً في التنفس، وبدأت تتنهد بعمق؛ وقد عاجلها أحدُ الممارسين المحليين لطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد بالنسبة إلى ثنائي أكسيد الكربون المُزفور في حقبة ورقية. وفي غضون بضع ساعات، توقفت الصُّعوبات التنفسية لديها، وأصبحت قادرة على البقاء هناك أسبوعاً آخر من دون مشاكل إضافية.

كان سام Sam، البالغ من العمر 26 سنة والذي يعيش قرب المحيط، يُعاني بشكلٍ دوري من اكتئاب شديد في ساعات الصباح الباكرة إلى حين سطوع الشمس، إذ كان يتحسس للهواء الرطب البارد. وباستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، عولج بملءِ مرطبان بمكعبات الثلج لتوليد هواء رطب بارد.

كانت سوزان Susan، البالغة من العمر 46 سنة، تعاني من ضيق التنفس وتورم جسمها عندما تكون في جوٍّ من الرطوبة الشديدة في هاواي؛ وقد عولجت بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد بمرطبان كبير مملوء حتى النصف بماء مغلي، حيث حاكى الهواء الساخن القادم من المرطبان الهواء الرطب الذي سبب التفاعل (ردّة الفعل) لديها.

التحسس للاتكس (المطاط)

قد تكون القفازات المطاطية Latex gloves مادة مفيدة جداً عند معظم الناس؛ ولكن إذا استعملها شخصٌ متحسس، يمكن أن تؤدي إلى كارثة. وهناك الكثير من الأشخاص الذين يتحسسون للقفازات المطاطية، وهي واحدة من أكثر الأشياء شيوعاً في المستشفيات. ويكاد لا يخلو إجراء طبي في المستشفيات من استعمال القفازات المطاطية؛ فإذا حدث أن استعملها شخصٌ متحسس، يمكن أن تكون مهددة للحياة.

ذهبت امرأة عمرها 48 سنة إلى طبيب الأسنان لإجراء تنظيف روتيني، فوضع اختصاصيُّ صِحَّة الأسنان Dental hygienist زوجاً من القفازات المطاطية، وبدأ ينظف أسنانها. وفجأة، أخذت تشعر بسخونة شديدة، وأصبح جسمها حاراً وكأنه يحترق، ودخلت المريضة في صدمة تأقية (تحسسية) Anaphylactic shock تقريباً. فقام الطبيب باستدعاء المُسعفين الاختصاصيين Paramedics الذين أنعشوها بمساعدة الأدوية. لقد كان الطفحُ يملأ جسمها، مع حمى خفيفة، عندما غادرت عيادة الطبيب. وبعد يومين جاءت إلى عيادتنا، والطفحُ لا يزال على جسمها ودرجة حرارتها 37.8 م.

أظهرت طرائقُ اختبارات نامودرياد العضلية أنَّها كانت متحسّسة للقفازات المطاطية التي يستعملها طبيب الأسنان، ولمسحوق الطبشور في القفازات، وهذا ما أثار في خطوط أمعائها الغليظة وقلبها ومرارها. وقد عولجت تجاه القفازات والمسحوق. وبعد أن عولجت تجاه القفازات، عولجت أيضاً تجاه المخدرات الموضعية والملغم⁽¹⁾ Amalgam وعوامل التنظيف والشاش Gauze وكُرات القطن؛ وتُصحت بالعودة إلى العيادة السنّية لإلغاء الإجراء السنّي؛ وهي الآن ليس لديها تفاعل ضار، وقد أجرت حفراً لأحد جذور الأسنان أيضاً!

وقد ذكرت لاحقاً أن المعالجة بإزالة التحسّس تجاه القفازات المطاطية والمسحوق كانت أفضل شيء حدث لها طوال 15 سنة؛ وكانت تخشى أن تقوم بأية علاقة حميمة مع زوجها منذ سنوات، فقد أدّى مَنّي زوجها إلى تفاعل لديها بشكل طفح وفقاعات على كامل جسمها بعد الجماع. وكانت تتحسّس لمكوّنات الواقي الذكري Condom، ولا يستطيعان استعماله أو الاقتراب منه. ولكنها عولجت بنجاح بعد ذلك تجاه مَنّي زوجها، وأصبحت الآن امرأة سعيدة جداً.

كان جون John الرضيع بعمر أسبوع عندما وجدته أمّه في سريريه من دون أية علامات دالة على الحياة، حيث لم يكن يتنفس؛ فأمسكت به وهزّته. وقام زوجها باستدعاء المُسعفين الاختصاصيين. وفي غضون 3 دقائق، وصلوا ووجدوا قلبه متوقفاً، فأنعشوه باستعمال مُزيل الرجفان Defibrillator، وعادت الحياة إلى جون من جديد، واستعاد تنفّسه ودقات قلبه.

(1) الملغم (ج. ملغمات) خليط معدني يستعمله الطبيب لحشو الأسنان (المترجم).

التحسس للعطور!

لم تكن ويندي و Wendy W، البالغة من العمر 44 سنة والتي تعمل مديرة مساعدة لطلبة التدريس والدكتوراه، تتحمل رائحة العطور أو الكولونيا أو حتى بعض الأزهار من دون الإصابة بالشقيقة؛ وبما أنها كانت تتعرض بشكل شائع في عملها نتيجة الاجتماعات والدروس، لذلك كانت تُجبر غالباً على ترك العمل أو الدرس بسبب شدة الألم لديها. وبعد جلستين من العلاج تجاه مزيج من العطور، ذكرت ويندي أنها في حين لا زالت تشعر بالعطر، لم تعد تعاني من الشقيقة، ولم تعد تتغيب عن الدروس بسبب الشقيقة.

وهناك ملاحظة جديبة هامة عن قصة ويندي، تتضمن معالجة سابقة قُمن بها بالنسبة للشوكولاته؛ ولم تكن أنا وهي نتصور شيئاً عن نتائج هذه المعالجة إلى أن اشتكى أحد مساعديها من أن ويندي لم تعد تضع أية شوكولاته في مكتبها؛ ويبدو أن هذا الشخص كان يجد الكثير من الشوكولاته في درج ويندي دائماً، فتأخذ ما تشاء. وبعد المعالجة، تحسّر مكي (اشتفاء) ويندي إلى الشوكولاته شيئاً فشيئاً، وكل احتفاظها بها، وألقت أخيراً عنها من دون أية ملاحظة. هذا، ويمكن أن يؤدي التحسس إلى الاشتفاء أحياناً. وليس من النادر حصول هذا النمط من نقص الاشتفاء بعد إزالة الأرجية (التحسس).

وكانت صديقة ويندي ديببي Debbie، مديرة المدرسة والمحامية، إحدى مريضاتي طوال بضعة شهور ماضية، وقد بدأت تعاني من تملّ (خدر) numbness في مفاصلها وإبهامها من اليد اليمنى، ولم تستفد من تحزير اللقافة العضلية الوجهية Myofacial release والمعالجات الأخرى. وفي تلك الوقت تقريباً، تعلمت طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، واختبرت مهارتي الجديدة في اختبارات الاستجابة العضلية لهذه الطرائق. وأظهر هذا الاختبار الجديد أن الخدر عند ديببي لم يكن مشكلة جسدية (مثل متلازمة النفق الرسغي Carpal tunnel syndrome)، وإنما كان تحسّساً كيميائياً تغذوياً. كما أظهرت اختبارات الاستجابة العضلية الإضافية أن التحسس كان لقطرات السعال المحضرة من ليون الريكولا Lemon Ricola، والتي كانت تستعملها قبل 6 أسابيع؛ وقد انتهى الخدر بعد جلستين من العلاج (بفاصل 15 دقيقة) من قطرات السعال.

إن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد رهيبه؛ شكراً لمشاركتك معنا فيها! ونحن نمارسها بمعدل 100 % الآن.

التحسُّنُ لسيَّارتي!

بدأتُ المعالجةَ بطرائقِ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد مع الدكتورَة ديفي للتخلُّص من التحسُّس الجَنِيني sinus allergy لدي؛ ومن المشاكل الرئيسيَّة التي كنتُ دائماً أعاني منها التحسُّسُ لسيَّارتي أو لآيَّة سيَّارة أخرى؛ وقد عالجتني الدكتورَة ديفي بالنسبة إلى سيَّارتي والعام Exhaust والفزولين (البنزين)؛ فقد كنتُ أشكو عادةً من الغطاس المستمرِّ مدَّة 45 دقيقة عندما أمتطي السيَّارة، وأسعل سعالاً متقطعاً جافاً وأنظف حنجرتي ووجهي عدداً من المرات. وبعد اجتياز المعالجة، لم تعد لدي مشاكل مع سيَّارتي، وصرت أؤد السيَّارة أكثر من 160 كم تقريباً في الوقت نفسه من دون الشعور بميلان الجيوب؛ وأنا حقاً منسورة من هذا الإجراء.

وأخذتُ إلى المُستَشْفَى للمُراقبة مدَّة 48 ساعة، ثُمَّ أُرسلَ إلى البيت مع جهاز مُراقبة (مِرْقَب) صَوْتِي Beeping monitor؛ فعندما كان يتوقَّف تنفُّسُ جون، يُصدر الجهازُ صوتاً. وكانَ هذه الجهازُ يُصدر صوتاً بشكل متكرَّر في البيت، بمعدَّل 5 - 8 مرَّات في اليوم على الأقل. وأخذتُ أمه وجدَّتَه ووالده يراقبونه عن كَثَب لمدَّة 24 ساعة. ومع أنَّه كانَ بحالة جيِّدة في المُستَشْفَى، لكنَّه أخذ يتعرَّض لتوقُّف التنفُّس بشكل متكرَّر في البيت؛ ثُمَّ تبيَّن لاحقاً أنَّه يتحسَّس لغطاء السرير البلاستيكي الجذاب والمللحات البلاستيكيَّة الأخرى. وبعد أن عولج تجاه الأشياء البلاستيكيَّة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، أصبح قلبه وتنفسه بحالة حسنة.

كانت كاثي Kathy، إحدى السكرتيرات في عيادتنا، تحضر عَرْضاً حاسوبياً؛ وبعد خمس دقائق من بدء العرض، أخذت تشكو من الشعور بالسُّخونة في كامل جسمها وبالانزعاج. وكانت تعمل على لوحة مفاتيح الحاسوب. وفجأة، ظهر على شفتيها فقاعات (نَفْطَات)، وعلى وجهها طفح، وشعرت بالدوخة. وقد تبيَّن للمؤلِّفة (مؤلِّفة هذا الكتاب) أنَّ مادَّة لوحة المفاتيح (البلاستيكيَّة) كانت السبب في هذه المشكلة. وعولجت كاثي تجاه لوحة المفاتيح البلاستيكيَّة الخاصَّة، وأُرسلت إلى المنزل. وعندما عادت للعمل في اليوم التالي، شعرت بالتحسُّن. ومنذ ذلك الحين، تعمل كاثي على لوحة مفاتيح الحاسوب تلك من دون آيَّة تأثيرات مرَضِيَّة جديدة.

الحالات التحسسية الكيميائية المتعددة

كان بيل، البالغ من العمر 49 سنة، يُعاني من آلام شديدة في المرفق الأيمن والمفصم والمفاصل بين السُّلاميات Interphalangeal joints الأولى. وقد عولج من مُتلازمة السُّنْفَقِ الرُّسْغِيِّ والتهاب غَمْدِ الوَتَر Tenosynovitis ومرفق التنس Tennis elbow عدة مرّات قبل أن يأتي إلى عيادتنا. وعندما جرى تقيّمه في عيادتنا، تبيّن أن لديه تحسّساً شديداً للورق، أحد وسائل عمله ككاتب.

يؤدّي تلوين الطعام إلى الكثير من الأرجيات بين الناس. هذا، وقد كانت سالي Sally، البالغة من العمر 42 سنة، تُعاني من تعرّق مستمر وشديد في راحتيها وقدميها وبطيها والناحية الأُرْبِيَّة Groin لديها. وبعد المراقبة الدقيقة، وُجد أنها تتعرّق بغزارة بعد أن تأكل بعض الحلويات الملوّنة بالليّمون. وقد تخلصت من مشكلتها بعد أن عُولِجت للتحسّس من تلوين الطعام بالأصفر.

السيليكا Silica أو ثنائي أكسيد السيليكون Silicon dioxide مركّب كيميائي يتكوّن من السيليكون Silicon والأوكسجين. وتوجد السيليكا على نطاق واسع في الفلزّات المشكّلة للصخور والتي تُسمّى السيليكات Silicates، وهي تُكوّن معظم قشرة الأرض (الخارجيّة والداخليّة). ومن بعض العناصر المشتقة من السيليكات نذكر بلّورات الكوارتز Quartz crystals والسّراميك والفلسبار Feldspar والزُّجاج والميكا (حجر البلق) ⁽¹⁾ Mica والأعبل ⁽²⁾ (الأوبال) Opal وهلام السيليكا والسيليسيوم Silicon والسيليكون (السيليكون) Silicone. وتفاوتت التفاعلات تجاه هذه المواد من شخص إلى آخر؛ ومن أشكال السيليكا هناك السيليكون المُستعمل في الغرائس Implants المُعدّة لأهداف تجميليّة بشكل رئيسي. وقد يؤدّي التحسّس للسيليكون إلى مشاكل صحيّة مختلفة عند الناس. وتُستعمل السيليكا في الكثير من المنتجات من حولنا، مثل الزُّجاج المُستخدَم للتوافذ والأبواب وأبواب السيّارات... إلخ. ويمكن أن يُصاب الأشخاص الذين يتفاعلون للسيليكا جرّاء الرُّكوب في السيّارة أو الجلوس قرب نافذة زجاجيّة أو باب

(1) رُقاقات تُستعمل في العزل الكهربائي.

(2) الأعبل: حجارة بيضاء.

زُجاجي. كما يُستعملُ هلامُ السيليكا كعامل سدّ في الحمامات وأمكنة التسرّب، ويُستعملُ أيضاً في بعض الأصمّة.

جاءت إليّ لتراني امرأةٌ عمرها 38 سنة، وهي تعاني من شقيقةٍ شديدةٍ منذ 20 سنة. وقد تبينَ من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضليّة أنّ غرسَ مَزروعةٍ في جسمها قد ولّدت بنيةً سامةً في جسمها، ممّا أدّى إلى الصّداع لديها. وأخبرتني في ذلك الحين عن الغرسة الثديية السيليكونيّة Silicone breast implant التي زُرعت لها. ومنذ أن وُضعت لها هذه الغرسة قبل 20 سنة، وهي تعاني من الشقيقة والمشاكل الهضميّة. وقد عُولجت تجاه السيليكون، فتلخّصت من صداع الشقيقة والمشاكل الهضميّة اللذين داما لديها 20 سنة.

كانت امرأةٌ أخرى تُصاب بالتوَعك كلّما سافرت في سيارتها، وتضع اللّوم على عادم السيّارة Car exhaust والأبخرة ورائحة البنزين والحركة في السيّارة والدُخان... إلخ. ولكن، ومن خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضليّة، اكتُشف أنّها كانت تتحسّس للزّجاج في الأبواب، ولوحظ أنّ السيليكا في الزّجاج هي السّبب. وبعد المعالجة من السيليكا، أصبحَ سفرها في السيّارة مُمتعاً.

عانت ماريّا Maria، البالغة من العمر 49 سنة، من هَبّات ساخنة Hot flashes شديدةٍ طوال ثلاث سنوات ماضية. وكانت تعتمد على المُلحقات (الإضافات) الهرمونيّة Hormone supplements، دون أيّ تحسّن. وقد تبينَ أنّها تتحسّس للحرارة والسكّر والهرمونات. وبعد معالجتها من هذه الأشياء الثلاثة، توقّفت الهَبّاتُ الساخنة لديها تماماً.

قد يكون التحسّسُ للحركة بالتّخفيف والاهتزاز في القارب سبباً آخر لداء (دوار) البَحْر Sea sickness. ويتحسّسُ بعضُ النَّاس للحركات المختلفة على الأرض (الجري، المَرولة، رُكوب الدراجة، الرّقص، لعب التنس، قيادة السيّارة، التمرين)، وفي الهواء (الطيّارة، القاطرة السريعة، تسلّق عمود أو شجرة)؛ وهذه جميعاً تُعدُّ من أنماط داء الحركة Motion sickness. ويُصاب الكثيرُ من النَّاس بالتوَعك في البحر بسبب التّخفيف أو حركة تَموُّج القارب، ممّا يؤثّر في توازن الأذن الداخليّة Inner ear balance. كما أنّ التحسّسَ للملح يمكن أن يكون سبباً آخر لداء (دوار) البَحْر. وقد يكون هؤلاء الأشخاصُ مُتَحسّسين أيضاً لمعادن

أخرى أو للسّمك أو اليُود أو حركة التذبذب نفسها. ويمكن معالجة الحركات المختلفة من خلال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد. ويستطيع الناس، بعد المعالجة النّاجحة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد تجاه المزهرة أو الذبذبة أو الحركات المختلفة، الذهاب والتعرّض لحركات الجسم نفسها من دون أية تفاعلات مُزعجة، وأن يستمتعوا برحلات في المحيط من جديد.

كانت امرأة عمرها 24 سنة في شهر العسل في الجزر العذراء Virgin Islands عندما اكتشفت أنّ السفر بالبحر لم يكن مناسباً لها، فقد أُصيبت بالتوعك عند عودتها؛ ولم تشعرُ بالغثيان والدوخة فحسب، بل أخذت تُعاني من كوابيس متكررة عن رحلتها أيضاً. وأظهرت الاختبارات لديها وجود تحسّس للملح واليود والسّمك والمركب B وحركة التذبذب. وبعد سنة من معالجتها، أصبحت قادرة على القيام برحلة إلى جزيرة كاتالينا Catalina Island من دون أية مشاكل. ومنذ ذلك الحين، قامت بعدد من الجولات في المحيط من دون أية تأثيرات مَرَضِيّة.

عندما يُصاب النَّاس بالتوعك في الجوّ، لا تختلفُ المعالجة كثيراً. هذا، وكانت فتاة عمرها 28 سنة تُصاب بنوبات من الهلع Panic attacks في كلّ مرّة تُسافر فيها بالطائرة. وفي هذه الحالة، كانت مُتَحَسِّسَةً للبلاستيك والفورمالدهيدات formaldehydes والعطور والبوليستر ومبيدات الحوام والحشرات ووسائد الطائرة والبَطَانِيّات (الملاءات) والسماعات Ear phones والفُسْتُق ومقاعد الطائرة. وقبل كلّ ذلك، كان لديها خَوْفٌ أيضاً من الطيران. وقد زالت هجماتُ الهلع لديها خلال الطيران بعد جلسات المعالجة بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد.

إذا كانَ الأشخاصُ يُصابون بالتوعك خلال لعب التنس أو الغولف... إلخ، فقد يكون لديهم تحسّسٌ تجاه الأوضاع أو الحركات الدّقيقة لألعابهم؛ ويمكن أن يُعالجوا من خلال بديلٍ عن الحركة الدّقيقة للعب التنس أو الغولف أو أية ألعاب مُماثلة. وإذا ما كنت تُعاني من إحدى هذه الشكاوى، يمكنك أن تطلب المساعدة من مُمارِسٍ لطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد.

إذا كانَ لديك استجابة لأيّ غمط من الأبخرة (في بيتك أو عملك أو في الهواء الخارجيّ أو هواء التّكييف أو رائحة البنزين أو رائحة العطور أو دُخان السجائر أو

دُخان احتراق الخشب أو رائحة زيت الطبخ أو الطعام المقلّي، قد تحتاج إلى جمع عينة قبل أن تراجع ممارس طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد؛ وجمع عينة إجراء بسيط يمكنه تسريع المعالجة لديك. فأخذ بعض المناديل الورقية المبتلة ومسح داخل أنابيب عادم exhaust pipes السيارة أو الشاحنة بها يُعطي عينة مرضية من وقود البنزين والديزل، أو يكون ذلك بترك منديل ورقي مبتل في حاوية مفتوحة في مكان الرائحة لمدة 8 - 10 ساعات؛ ثم يوضع المنديل الورقي في مرطبان زجاجي ذي غطاء، ويُؤخذ إلى الطبيب المختص بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. كما يجب إجراء المعالجة تجاه البنزين الحديد والسجائر الحقيقية والمواد الأخرى التي تُنتج الروائح المشتبهة، فضلاً عن الرائحة الفعلية.

كان رجلٌ عمره 36 سنة يعاني من الربو ومتلازمة لوس أنجلوس Los Angeles syndrome؛ وعندما كان يُسافر بعيداً عن لوس أنجلوس، تصفو رئاه وتزول تأثيرات الربو؛ ولكنه بمجرد ما كان يهبط في لوس أنجلوس، يضيق صدره وتبدأ المشاكل التنفسية. وكان هذا الرجل مُحامياً، وعليه أن يقوم بعدة رحلات من لوس أنجلوس ذهاباً وإياباً. وبعد أن عولج بالنسبة إلى عادم السيارة والبنزين والديزل ودُخان المواقد والسجائر، تحسّن الربو لديه وبدأ يستمتع بالحياة في لوس أنجلوس.

ذهبت زوجة شابة إلى لوس أنجلوس مع زوجها من قرية ريفية في الهند، وعاشا في شقة صغيرة. وأخذت في بداية حياتها الجديدة باستعمال الغاز الطبيعي للطبخ، كما كان البيت يُدفأ بالغاز؛ وفي غضون أيام قليلة أصبحت تعباً جداً، مُحبطة وتنام طوال اليوم تقريباً. وبما أنها افتقدت القدرة أو الحماسة للقيام بالأشياء، لذلك كانت عاجزة عن التعامل مع أعمالها اليومية؛ فأخذها زوجها القلق إلى عدد من الأطباء، وعولجت من المشاكل التنفسية وأعطيت مضادات الاكتئاب Antidepressants التي أفادتها نوعاً ما؛ ثم بدأت تعاني من احتقان أنفي شديد وضداع وآلام ظهرية. وعند هذه المرحلة، زارت عيادتنا. وبعد التخلص من بعض الأرجيات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، تبين أن لديها تحسساً للغاز الطبيعي؛ فعولجت تجاهه بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، فتحسّنت نفسياً وجسدياً.

الْقَلْبُ الْعُفْرُونَ

التَّحَسُّسُ وَجِهَازُ الدَّوَرَانِ

يمكن أن تتأثر الأمراض التي تُصيب القلبَ وجهازَ الدورانِ Circulatory system بالأرجيئات المختلفة؛ وتحصلُ معظمُ الأمراضِ المزمنة نتيجةً لبعض التهيُّجِ Irritation أو التَّخْرِيشِ الشَّدِيدِ، وقد يكونُ هذا المهيِّجُ المزمنُ هو المُستأَرَجُ Allergen. ويبدو أنَّ الأشخاصَ الذين يُعانون من تصلُّبِ الشَّرايين Arteriosclerosis (أو وجودِ لَوَيْحَةٍ في الأوعية الدموية) يكونون مُتَحَسِّسِينَ لمنتجات الحليب والكالسيوم منذ الطفولةِ الباكرةِ جداً؛ فالجسمُ لا يهضم أو يمتص أو يمثلُ منتجات الكالسيوم المتناوِلةَ عبرَ القنواتِ الصَّحيحةِ، بل تَتَكَدَّسُ الجُزْئِيَّاتُ على طُولِ الأوعية، وتودِّي إلى انسداد أو إعاقة في الجريان الدَّمَوِي. والمشكلةُ الأخرى التي تُشاهدُ في الحالاتِ القَلْبِيَّةِ والدورانيَّةِ هي التَّحَسُّسُ للحديدِ ومُنتجاته؛ فالتَّحَسُّسُ لهذه الأشياءِ، مع الملح (الصُّوديوم) والبوتاسيوم، هو الأكثرُ شُيوعاً بين مرضى القلب. وفي كثيرٍ من الأحيان، ترتبطُ الأرجيئاتُ (الحالاتُ التحسُّسية) باضطرابِ النِّظْمِ وفَرَطُ ضَغْطِ الدَّمِّ وانخفاضه (ارتفاع ضَغْطِ الدَّمِّ وانخفاضه على الترتيب) والدَّوَالِيِ الوَريدِيَّةِ والبواسير. وقد تحصلُ بعضُ النَّزُوفِ الناجمةِ عن الحالاتِ التحسُّسيةِ في نُسُجٍ مختلفةٍ من الجسم، مثل الجلد والسَّبِيلِ الهَضْمِيِّ والعَيْنَيْنِ والأنفِ والسَّبِيلِ البَوَلِيِّ التَّنَاسُلِيِّ. كما أنَّ الأشخاصَ المُتَحَسِّسِينَ للحديدِ يُصابون بسهولةٍ بالكدمات. ويكونُ الأشخاصُ المُصابون بالدَّوَالِيِ الوَريدِيَّةِ مُتَحَسِّسِينَ عادةً لِلْفَلافُونُويداتِ الحَيَوِيَّةِ Bioflavonoids (تُدعى الفيتامين P أيضاً). وتَتَحَسَّنُ الدَّوَالِيِ الوَريدِيَّةُ لديهم بِشَكْلِ مَلْحُوظٍ بعدَ بضعةِ شهورٍ فقط من المعالجةِ.

كانَ رَجُلٌ عَمْرُهُ 38 سنة، لديه دَوَالِيِ وَرِيدِيَّةٌ شَدِيدَةٌ على ساقيه، يُعاني من بواسيرٍ نازِقَةٍ أيضاً؛ وكانَ مُتَحَسِّساً لِلْفَيْتَامِينِ P. وبَعْدَ المعالجةِ بِطَرَاثِقِ إِزَالَةِ

التحسُّس بحسب نامبودرياد، وَصَفْنَا لَهُ مُسْتَحْضَرَات (مُلَحَقَات) الفيتامين P. وفي غُضُون 6 أشهر فقط، لم يتوقَّف التَّزْفُ من البواسير لديه فقط، بل بدأت الدَّوالي الـوَرِيدِيَّة على ساقيه بالاختفاء أيضاً. وبعد سنة، قَدِمَ لإِعَادَةِ التَّقْصِيم، فلاحظنا أنَّ الدَّوالي الـوَرِيدِيَّة على ساقَيْهِ أصبحت طَافِيَّة.

كانت امرأةٌ عمرُها 60 سَنَةً تعاني من حالة شَدِيدَةٍ من الدَّوالي الـوَرِيدِيَّة على ساقَيْها تحت الرُّكْبَتَيْن؛ كما كانت قدماها متورمتين باستمرار بسبب نَقْص الدَّوران، ولم يتحسَّن الأَلْمُ لديها بأيِّ علاج. وقد اكتشفنا أنَّ لديها تحسُّساً للفيتامين P. وبعد المعالجة، استُكملت مُسْتَحْضَرَات الفيتامين P، فخفَّ أَلْمُها والتورمُ عندها كثيراً في غُضُون 3 أسابيع.

تسببُ اضطراباتُ النَّظْمِ القلبي عن حالات تحسُّسية مختلفة، ويمكن أن تَظْهَرَ في أيَّة فئةٍ عُمَرِيَّة. وقد حصلَ أن كانَ وَلَدٌ عمره أسبوعان مُتَحَسِّساً لحليب أمِّه، وبلغت سُرْعَةُ قلبه 200 - 250 ضَرْبَةً/دَقِيقَةً، وبقيَ في الوحدة القلبيَّة خلال أوَّل أسبوعين من عمره بسبب اضطراب النَّظْمِ القلبي لديه. وانتظر والداه القلقان أسبوعين حتَّى تمكَّنَ اختصاصيو القلب من تَشْخيص مشكلته. وعندما لم يجد الأطباء سبباً جسدياً أو فيزيولوجياً للمشكلة، جاءت به أمُّه البالغة من العمر 22 سنة إلى عيادتنا، حيث كانت مريضة سابقة لدينا. وكما هو متوقَّع، اكتشفنا أنَّ الرِّضِيعَ كان مُتَحَسِّساً لحليب الثدي، وعادت ضربات قلبه إلى طبيعتها بعد معالجته تجاه حليب الثدي.

حليب الأم

وَلَدٌ حَفِيدِي وَلَدِيهِ اضطرابٌ في ضربات القلب، وأُعيدَ إلى المُسْتَشْفَى خلال الأيَّام العشرة الأولى من حياته بِسُرْعَةٍ قلبي. وبما أنَّني قد أتيت إلى الدكتورَة ديلي منذ نحو سنة، اقترحتُ على ابنتي أن نأخذَه إليها. وبعدَ وصولنا، وجدتِ الدكتورَة ديلي أنَّ لديه استجابة لحليب أمِّه. وبعدَ المعالجة، استرخى تماماً في سريرِه نائماً نراعيه كاجنحة النَّسْر، ونام بعمق 7 - 8 ساعات. ومنذ ذلك الحين، لم يَعدْ يعاني من مشاكل اضطراب النَّظْمِ القلبي. وبما أنَّه لا يستجيب لما يأكله، أصبح ولداً صغيراً رابِعاً. ونحن نتابع المعالجة مع الدكتورَة ديلي.

عانت فتاة شابة في التاسعة من عمرها من خفقان قلبي في حوالى الساعة الرابعة بعد الظهر في أحد الأيام بعد عودتها من المدرسة. فأخذها والداها القلقان إلى طبيب الأطفال، ثم إلى اختصاصي في أمراض القلب. ومع أنها تلقت شهادة عن صحتها الجيدة، لكن تسرع القلب بقي يحصل لديها يومياً تقريباً. قمنا في عيادتنا بتقييم حالتها. وأظهرت مفكرة الطعام Food journal التي طلبنا منها الاحتفاظ بها أنها تأكل 6 - 10 قضبان من الشوكولاته أسبوعياً، وكان التحسُّس للشوكولاته يؤثر في قلبها. وبعد معالجتها تجاه الشوكولاته، أصبحت قادرة على أكلها من دون أي انزعاج.

عانت امرأة عمرها 72 سنة من اضطراب في نظم القلب ونوبات من الدوخة؛ كما كانت تعاني من ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين الشديد ونقص السمع وصُداع الشقيقة والمعص البطني (تشنجات بطنية) Abdominal cramps وتورم القدمين، وكان لديها عددٌ خفيف إلى متوسط من الدوالي الوريدية. وأظهرت اختباراً أنها متحسّسة بشدة للحبوب ومُنتجات الحليب والدجاج والديك الرومي والبيض والسكر والفيتامين A والسّمك والشوكولاته والزيتون النباتية والملح والكافيين وغبار الطلع بمختلف أشكاله والأزهار. وبعد معالجتها من جميع ما سبق، تحسّن صُداع الشقيقة تماماً، وانخفض ضغط الدم لديها من 120/210 مم. زئبق إلى 90/150 مم. زئبق، واستقرت حالتها من دون أية مساعدة دوائية؛ ولم تعد تعاني من الدوالي الوريدية وتورم القدمين، كما زالت نوبات الدوخة واضطراب النظم القلبي.

بدأت امرأة عمرها 24 سنة، لديها طفل بعمر 8 شهور، تعاني من آلام صدرية متكررة تنتشر إلى ذراعها اليسرى وحتى البنصر Ring finger؛ وتفاقمت حالتها بالتدريج. وقام اختصاصي معروف في أمراض القلب بفحصها، ولم يجد أي شيء غير طبيعي. كما أخذت تعاني من تسرع القلب أحياناً. وقد عرفت إحدى صديقاتها، التي سبق أن عولجت من التحسُّس بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، أن أعراضها هي من منشأ تحسُّسي، ونصحتها بزيارتنا. وأظهر تقييمنا أن لديها تحسُّساً للبندورة؛ وزالت الحالة لديها في غضون 11 جلسة علاجية فقط.

يَكُونُ الثَقْلُ فِي الصَّدْرِ وَالْأَلَمُ الصَّدْرِي وَتَسْرُعُ الْقَلْبُ مِنْ مَظَاهِرِ الْأَرْجِيَّاتِ
الطَعَامِيَّةِ فِي كَثِيرٍ مِنَ الْأَحْيَانِ، مَعَ أَنَّ الْأَقْمَشَةَ وَالْمُجَوَّهَرَاتِ قَدْ يَكُونَانِ السَّبَبَ
أَيْضاً. هَذَا، وَكَانَتْ امْرَأَةٌ عَمَرُهَا 40 سَنَةً تَشْكُو مِنْ خَفَقَانِ الْقَلْبِ عِنْدَمَا تَرْتَدِي
الذَّهَبَ وَالْبَلَاتِينَ وَالزُّمُرُّدَ؛ وَقَدْ أَهْدَاهَا زَوْجُهَا قِطْعَةً مِنَ الْجَوَاهِرِ مَعَ زُمْرَدَةٍ (جَوْهَرَةٍ
الْمِيلَادِ) مُرَصَّعَةً بِالْبَلَاتِينَ. وَعِنْدَمَا كَانَتْ تَضَعُ الْجَوَاهِرَ، تَعَانِي مِنْ خَفَقَانِ قَلْبِي
وَتَعْرِقُ غَزِيرٍ. وَعِنْدَمَا أُخِذَتْ إِلَى قِسْمِ الطَّوَارِي بِسَبَبِ هَذِهِ الشَّكَاوَى، لَمْ يُلَاحَظْ
وُجُودُ شَيْءٍ غَيْرِ طَبِيعِي لَدَيْهَا. وَحِينَمَا عُولِجَتْ فِي هَايَةِ الْمَطَافِ مِنَ التَّحَسُّسِ
لِلْحَجَرِ الْكَرَمِ وَالْبَلَاتِينَ، بَدَأَ قَلْبُهَا يَنْبُضُ بِشَكْلِ طَبِيعِي وَقَلَّ التَّعْرِقُ لَدَيْهَا بِشَكْلِ
مُلْحُوظٍ.

الْقَلْبُ وَالذُّورَان

يُمْكِنُ أَنْ يَنْجُمَ أَلَمُ الذَّبْحَةِ Angina pain عَنْ أَرْجِيَّاتٍ مُخْتَلَفَةٍ؛ فَأَيُّ مُسْتَأْرَجٍ
يُسَبِّبُ انْسِدَاداً فِي خَطِّ الْقَلْبِ Heart meridian يُمْكِنُ أَنْ يُؤَدِّيَ إِلَى آلامٍ ذَبْحِيَّةٍ.
وَمِنْ بَعْضِ الْأَعْرَاضِ الذَّبْحِيَّةِ الْمُحَرَّضَةِ بِالتَّحَسُّسِ نَذَرُ الشُّعُورِ بِالثَّقَلِ وَالْأَلَمِ وَالشَّدِّ
فِي الصَّدْرِ، وَانْتِشَارُ الْأَلَمِ إِلَى الذَّرَاعِ الْيُسْرَى وَالْأَصَابِعِ، لَا سِوَمَا الْبَنْصَرِ وَالْخَنْصَرِ.
وَتَشْتَمِلُ بَعْضُ الْأَشْيَاءِ الشَّائِعَةِ الَّتِي تُسَبِّبُ أَعْرَاضاً شَبِيهَةً بِالذَّبْحَةِ عَلَى الْحَقَائِبِ
الْبِلَاسْتِكِيَّةِ أَوْ الْمُنْتَجَاتِ الْبِلَاسْتِكِيَّةِ الْآخَرَى وَالْقَهْوَةَ وَالْمَوَادَّ الْكِيمِيَاءِيَّةَ فِي مَاءِ
الْحَنْفِيَّةِ وَالْكَيرِيْتِ (السُّلْفِتِ) وَالشُّحُومِ وَالْمَعَادِنِ وَالتَّوَابِلِ.

اشْتَرَى وَلَدٌ عَمَرُهُ 11 سَنَةً كِتَابَيْنِ مِنَ الْمَكْتَبَةِ. وَكَانَ الْكِتَابَانِ فِي حَقِيقَةِ
بِلَاسْتِكِيَّةٍ جَمِيلَةٍ. وَبِوَصُولِهِ إِلَى السَّيَّارَةِ، بَدَأَ يُعَانِي مِنْ آلامٍ صَدْرِيَّةٍ تَنْتَشِرُ إِلَى
الذَّرَاعِ الْيُسْرَى وَالْأَصَابِعِ؛ فَقَامَ وَالِدُهُ، الَّذِي كَانَ مُدْرِكاً لِلتَّحَسُّسِ وَمَظَاهِرِهِ،
بِاخْتِبَارِهِ، وَوَجَدَ أَنَّ لَدَى وَلَدِهِ تَحَسُّساً لِلْحَقِيقَةِ الْبِلَاسْتِكِيَّةِ، وَلَيْسَ لِلْكِتَابَيْنِ؛
فَالْتَحَسُّسُ لِلْحَقِيقَةِ الْبِلَاسْتِكِيَّةِ أَدَّى إِلَى انْسِدَادٍ فِي خَطِّ الْقَلْبِ لَدَى الْوَلَدِ.
فَأَخْرَجَ الْوَالِدُ الْكِتَابَيْنِ وَرَمَى الْكَيْسَ الْبِلَاسْتِكِيَّ. وَرَمَاهُ. وَفِي غُضُونِ دَقَائِقٍ
مَعْدُودَةٍ، زَالَ الْأَلَمُ وَالْانْتِزَاعُ عَنِ الْوَلَدِ. فَقَدْ كَانَ مَتَحَسِّساً لِلْمَادَّةِ الْكِيمِيَاءِيَّةِ
فِي ذَلِكَ الْكَيْسِ الْخَاصِّ.

لم أَعُدْ أَتَأَلَّمُ بَعْدَ الْآنَ

كان لديّ ألم مزمن في الجهة اليمنى من رقبتي، مع ألم ينتشر إلى ذراعي اليمنى طوال الوقت منذ وقت لم أَعُدْ أَتَقَنَّرُهُ (ربما منذ أن كان عمري 7 أو 8 سنوات). والآن، أصبح عمري 75 سنة؛ وقد كنتُ بدينًا جدًا، ولديّ ضخامة كبدية رغم أنني كنتُ نباتية جدًا طوال حياتي، ولم أأقرب الكحول أبدًا. كما كان لديّ ارتفاع في الكولسترول، وبلغ مستوى الشحميات الثلاثية (ثلاثيكت الغليسيريد) 900 مغ/100 مل.

شخصّ لديّ الداء السكري قبل سنتين من بدء الدكتوراة ديفي بمعالجتي تجاه مشاكل صحية مختلفة؛ وبعد ستة أشهر من تلقي العلاج، استيقظتُ في أحد الأيام من دون ألم في رقبتي أو ذراعي؛ كما بدأت أعرّض السكري بالتراجع تدريجياً. وبعد ست سنوات، اختفى التهاب المفاصل تماماً، ولم أَعُدْ أَتَأَلَّمُ الْآنَ، وبلغ مستوى الشحميات الثلاثية لديّ الآن 200 مغ/100 مل، كما عاد مستوى الكولسترول إلى الطبيعي، وحتى مستوى السكر على الرقّ أصبح طبيعياً بمجرد تناول الأطعمة غير الموزجة فقط. وأتناول الفيتامينات، ولا أستخدم شيئاً آخر من الأدوية؛ وأزن اليوم نحو 54 كغ؛ ولم يَعدْ كبدي مجسوساً (متضخماً).

خاضعت امرأة عمرها 39 سنة لإجراء سنيّ في الصّباح، وبدأت تشكو من ضيق في الصّدر وآلام بعد الظّهر. فقد كانت متحمّسة للفضّة الموجودة في الحشوة السنية، حيث سببت الفضّة انسداداً في خطّي القلب والتأمور Pericardium لديها. وعندما عولجت من الفضّة، زالت آلام صّدرها.

آلام النّبة

عانيت من ألم نبحي متكرّر في الأمسيات والليالي على مدى الشهور العشرة الماضية. ووصف لي اختصاصي القلب الأدوية. ولديّ النتروغليسرين Nitroglycerine والإرورديل Isordil إلى شعوري بالقيء والتطيل. وقد أُعطيت من قبل طبيبي إلى الدكتوراة ديفي لمعالجة التحمّس للأدوية لديّ، فعالجني من الأدوية، وتعطيت الألم الصنّري لديّ ووصولاً إلى ثياب نومي التي اشتريتها قبل 10 أشهر. فكت قد اشتريت ثلاثة أنواع متميّنة من ثياب النوم وبألوان مختلفة، وكنت أستخدمها كل ليلة. وبعد أن عولجت تجاه ثياب النوم (الفلانية Flannel)، لم أَعُدْ أعاني من آلام النّبة منذ ثلاث سنوات.

كانت امرأة عمرها 38 سنة تُعاني من ألمٍ ذبحي عندما تذهب إلى النوم. وتضطرُّ في بعض الليالي إلى تناول 4 - 5 أقراص من التثروغليسرين. وقد تبين أنها تتحسَّس للمواد الموجودة في وسادتها وفراشها، ممَّا سبَّب لها انسداداً في حَظَيَّ الطَّحال والقلب؛ فإذا كان الانسدادُ في حَظَّ الطَّحال أكثر من القلب، يمكن أن تُعاني من مشكلة في الخلود للنوم، ولكن عندما تنام فعلاً، فقد تنام طوال الليل. وعندما يُسدُّ حَظُّ القلب أكثر من الطَّحال، قد لا تستطيع النوم طوال الليل. وقد تَستيقظ مُتَمَلِّماً بين الحين والآخر، أو تجد صعوبةً في الخلود للنوم إذا استيقظت في منتصف الليل.

كانت مارتِي Marty، البالغة من العمر 23 سنة، تُعاني من الأرق ومتلازمة التعب المزمن طوال أربع سنوات، ومن تشوُّشٍ دماغي شديد وضعف في الذاكرة وآلام مُنطلقة Shooting pains فجائية في دماغها وآلام حادة في أجزاء من جسمها وتشوُّش في الرؤية وخفقان قلبي وجوع مُفرط وأرق وإمساك شديد. ولقد زُرعت لها غرسة من الفولاذ المقاوم للصدأ في ركبتيها اليمنى، وكان ذلك بعدَ حادثَةِ كرة قدم عندما كانت بعمر 16 سنة. ولكن بعدَ المعالجة تجاه الفولاذ المقاوم للصدأ، قلَّ تشوُّشُ ذهنها وأصبحت ضربات قلبها منتظمة، كما انتظمت شهيتها واختفت الآلام المنطلقة الحادة، وتحسَّنَ نومها وخفَّت متلازمة التعب المزمن لديها. وكان التحسُّس للفولاذ المقاوم للصدأ هو السبب في معظم أعراضها المزعجة.

كانت بيغي Peggy، البالغة من العمر 39 سنة، تُعاني من أرق شديد، وتستعمل نوعاً تجارياً معروفاً من رُهيم (كريم) الوجه والجسم) ليلاً. وقد كان الكريم الذي تتحسَّس له بشدة هو السبب في الأرق لديها.

الأرقُ الطويلُ الأمد

عندما قُدمت أول مرةً لرواية الدكتور ديفي، لم أكن نمت سوى ساعتين ونصف في الليل بسبب طفق استوجب الحك وملاً كامل ظهري وذراعي ورفقتي ورأسي، ودفعتني إلى الهزّ المستمر. ولم أستطع النوم، وكنت خائفةً من الأكل، وكنت مكتئبة. وبعد قليل من المعالجات (المعالجات الأساسية)، بدأ الطفق يتلاشى؛ وفي غضون أسبوع، صرت أنام طوال الليل؛ يا لها من بركة! وأنا مُمتنة جداً، وأتوسَّلُ شيناً هُنيئاً.

الفطرُ وداءُ كرون

أنا مصابةٌ بداء كرون Crohn's disease الذي يزيدُ مُعدّلَ وقوعِ سرطانِ القولونِ Colon cancer عدّةَ مرّاتٍ؛ وعرفتُ أنّ لديّ فطراً في جسمي. وبعدَ مراجعةٍ طبّي أظهر لي كيف أنّ السرطانَ في طبقٍ بترّي Petrie dish لا ينمو بوجودِ الفطر Fungus، لم يغبُ لديّ اهتمامٌ بالمعالجةِ بطرائقِ إزالةِ التحسّس بحسبِ نامبودرياد لتخليصِ جسمي من الفطر، وهو قرارٌ شخصيٌّ قد بقي من سرطانِ القولون.

ولكنّ الفطر كان يُزعجني أكثر فأكثر؛ فتكلّمتُ مع مالا Mala عن هذا الوضع، فقالت لي بأنّ بإمكانتي معالجةِ الفطر ومتابعةِ المعالجةِ بطرائقِ إزالةِ التحسّس بحسبِ نامبودرياد بالنسبةِ للنسجِ السرطاني. وبذلك، فمنا بمعالجةِ الفطر. وفي أثناءِ الأسبوعِ الثّالثي لهذهِ المعالجةِ، لم يحصلَ لديّ شعورٌ مألوفٌ بالتحسّس، بل كنتُ أشعرُ فعلاً بمزيدٍ من التّدهور؛ ولم أكن أستطيعُ التّعاملَ مع الكربِ والإجهادِ، وأصبحتُ بليروسٍ لم أستطعُ أن أتجحّ في معالجتهِ ذاتياً. وحصلَ لديّ ألمٌ جديدٌ ووجعٌ داخلَ القسمِ الطوي من فخذِي.

وفي الأسبوعِ اللاحقِ، ذهبتُ للمعالجةِ، وأخبرتُ مالا بما يجرّي، وطلبتُ منها إجراءَ الاختباراتِ العضليّةِ للسرطانِ في جسمي؛ فأظهرَ الاختبارُ العضليّ ضغطاً في عينةٍ من النّسيجِ السرطاني؛ وقامتُ بإزالةِ التحسّسِ لديّ تجاهَ طاقةِ السرطانِ مباشرةً؛ ولم أشعرُ بمثلِ هذا التحسّسِ الآتي من الألمِ والازعاجِ في حياتي، حتّى بالمسكّناتِ التي كانت توصفُ لي سابقاً. لقد كانَ أمراً مذهّباً! فلم تتحصّنْ آلامي وحسب، بل لم تُعدِ الدوخةُ المرافقةُ للفيروسِ تُزعجني بعدَ 20 دقيقةً من المعالجةِ.

وشعرتُ بالدهشةِ، وكانَ أوّلُ دليلٍ على التحسّسِ الكبيرِ في استجابةِ جهازِي المناعي لهذهِ المعالجةِ هو ذهليّ اللاحقِ إلى البقالةِ؛ حديثاً لم أكن أستطيعُ شربَ سوى نوعينِ من الماءِ المعبّطِ. وعندَ اختبارِ عددٍ من المياهِ المعبّطةِ المختلفةِ في ذلكِ اليومِ، حصلَ العكسُ تماماً، إذ لم يكنِ أي ماءٍ معبّطٍ في ذلكِ الحينِ يضرُّ بجهازِي المناعي، إنّهُ انعكاسٌ كاملٌ للعادة! لا أستطيعُ تصديقَ ذلك. فأتنا قادرٌ على شراءِ أي صنفٍ أريدهُ من الماءِ المعبّطِ؛ لقد حصلَ لديّ تغيّرٌ في جهازِي المناعي منذَ معالجةِ الفطر؛ وما زلتُ أشعرُ بالتحسّسِ بعدَ 11 شهراً من تلكِ المعالجةِ للفطر. هذا، وتعتقدُ الدكتورةُ ديفي بأنّ طرائقَ إزالةِ التحسّس بحسبِ نامبودرياد بالنسبةِ للفطر والعفنِ والطّفيلِيّاتِ هي بعضُ المعالجاتِ الأساسيّةِ لداءِ كرون؛ فبإذا كانَ أيُّ شخصٍ يعاني من داءِ كرون، يمكنهُ مراجعةَ الممارسينَ للتحقّقِ من هذهِ الأشياءِ. ثمّ سيكونُ في منأى عن المرضِ أيضاً.

شكراً جزيلاً لمالا والدكتورةُ ديفي والدكتور مينكوف على مساعدتهم لي في استعادةِ هذهِ الطاقةِ المتأصّلةِ في جسمي، وعلى مساعدتي في أن أعيشَ حياةَ حافلة.

تَمِيدَةُ الشَّرَاطِينِ سَبَبُ آلامِ الصَّنَدَرِ لَدَيَّ

كُنْتُ أَعَاقِبُ مِنْ آلامِ صَدْرِيَّةٍ مُتَكَرِّرَةٍ طَوَالَ سَنَوَاتٍ، كَمَا عَاقِبْتُ مِنْ مَنَص (تَشْنِج) شَدِيدٍ فِي سَاقِي كُلِّ لَيْلَةٍ؛ وَأَظْهَرَ التَّصَوِيرُ الوَعْيِي Angiogram لَدَيَّ أَنَّ هُنَاكَ امْتِدَاداً بِنِسْبَةِ 80 % فِي شَرَايِينِي؛ وَكَانَ عَصْرِي أَكْثَرَ مِنْ سَبْعِينَ سَنَةً. وَلَمْ أَكُنْ أُرْغَبُ بِالخُضُوعِ لِأَيِّ إِجْرَاءٍ جِرَاحِيٍّ؛ وَأَطَعْتُ إِلَى الدَّكْتُورَةِ دِيبِي بِهَدَفِ السَّيْطَرَةِ عَلَى الْآلَمِ، فَكُفْتُ عَنْ لَدَيَّ تَحْصُناً نَحَاةَ جَمِيعِ مَا أَكَلَهُ وَأَلْبَسَهُ، وَعَلَجْتُ طَوَالَ أَكْثَرِ مِنْ مِائَتَيْنِ، وَتَخَلَّصْتُ مِنَ التَّشْنِجَاتِ فِي سَاقِي وَالْأَمِ الصَّدْرِي فِي خُضُونِ 10 - 15 جُلُوسَةٍ مِنَ الْمَعْلَاجَةِ. وَكَانَ التَّحْصُنُ مُسْتَمْرَاعاً كُلَّ مَعْلَاجَةٍ، فَاصْبَحَ بِمَقْدُورِي أَنْ أَلْزِمَ طَوَالَ اللَّيْلِ الْآنَ. وَبَعْدَ مِائَتَيْنِ مِنَ الْمَعْلَاجَةِ بِطَرِيقِ إِزَالَةِ التَّحْصُنِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَاد، أُرْسَلْتُ إِلَى اخْتِصَاصِي الْقَلْبِ الْخَاصِّ بِي لِلتَّحْقُقِ. وَمَعَا دَاهُنَ الطَّبِيبِ وَأَدَهَشْنِي أَنَّ الْاِخْتِبَارَاتِ أَظْهَرَتْ تَحْصُنَ الْأَسْدَادِ الشَّرَاطِينِي الْمَاقِي (80 %) لَدَيَّ بِنِسْبَةِ 90 %؛ وَلَمْ أَعُدْ أَشْكُو مِنْ أَلَمِ صَدْرِي مِثْلَ أَكْثَرِ مِنْ سَنَةٍ، وَغَلِبَ عَنِّي تَمَلُّهُ.

انْتَقَلَ مُنتَجَ سِينِمَائِي عَمْرُهُ 29 سَنَةً إِلَى شَقَةِ جَدِيدَةٍ فَاخِرَةٍ؛ وَعَلَى الْفَوْرِ بَدَأَ بِشَعْرٍ بِخَفَقَانٍ قَلْبِي شَدِيدٍ وَتَعَبٍ وَاكْتِثَابٍ وَعَصَبِيَّةٍ مُفْرِطَةٍ وَطَفَحَ عَلَى طُولِ حَظِّ الْقَلْبِ؛ وَتَفَاقَمَتْ مَشْكَلَتُهُ يَوْماً بَعْدَ يَوْمٍ. وَلَمْ يُظْهَرْ التَّقْيِيمُ الْجَسَدِي الْكَامِلُ، بَلْ فِي ذَلِكَ التَّقْيِيمِ الْقَلْبِي وَالتَّنَفُّسِي، سَبَبُ الْمَشْكَلَةِ الْفَعْلِيَّةِ. حَتَّى إِنَّهُ جَرَّبَ بَعْضَ جُلُوسَاتِ التَّنُصْحِ، وَخَضَعَ لِمُعَالَجَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ طَوَالَ سَنَةٍ مِنْ دُونِ فَائِدَةٍ. وَكَانَ مَرِيضاً عَلَى مِدَارِ السَّنَةِ، وَأَصْبَحَ عَاجِزاً تَقْرِيّاً، وَلَزِمَ الْمَنْزَلَ عَلَى الدَّوَامِ. وَأَخِيرًا، طَلَبَ مُسَاعَدَتَنَا. وَأَظْهَرَتْ الْاِخْتِبَارَاتُ أَنَّهُ كَانَ مُتَحَسِّساً نَحَاةَ جَمِيعِ الْبَنَى الْخَشَبِيَّةِ الْدَاخِلِيَّةِ فِي الشَّقَةِ. وَلِذَلِكَ، أُخِذَ الْقَلِيلُ مِنَ الْخَشَبِ (عَيْنَةٍ) مِنَ الْبَنَى الْخَشَبِيَّةِ فِي الشَّقَةِ لِلْقِيَامِ بِالْفَحْصِ بِطَرِيقِ إِزَالَةِ التَّحْصُنِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَاد. وَبَعْدَ الْمَعَالِجَةِ مُبَاشَرَةً، تَحَسَّنَتْ صِحَّتُهُ، وَعَادَ إِلَى عَمَلِهِ الْمُعْتَادِ مِنْ جَدِيدٍ.

يُوجَدُ حَمَضُ الْأَسِيْتِكِ (حَمَضُ الْخَلِّ) Acetic acid فِي الْكَثِيرِ مِنَ الْمُنْتَجَاتِ الْبِلَاسْتِيكِيَّةِ الصُّلْبَةِ وَالْمُنْتَجَاتِ الْآخَرَى، بَلْ فِي ذَلِكَ مَوَادٍ صَقَلُ الْأَطَاغِرِ وَالْمُنْتَجَاتِ الْغِذَائِيَّةِ... إلخ؛ وَهُوَ مُسْتَأْرَجٌ مَعْرُوفٌ يُؤَدِّي إِلَى اضْطِرَابِ نَظْمِ الْقَلْبِ وَمَشَاكِلَ قَلْبِيَّةٍ تَقْلُدُ الْاضْطِرَابَاتِ الْقَلْبِيَّةِ. وَمِنَ الْمُسْتَأْرَجَاتِ الشَّائِعَةِ الْآخَرَى نَذَكِرُ حَمَضَ الْفُورْمِيكِ Formic acid، وَهُوَ يُوجَدُ فِي مَعْظَمِ الْبَضَائِعِ الْمَطَاوِيَةِ. وَيُؤَدِّي حَمَضُ الْفُورْمِيكِ أَيْضاً إِلَى عِلَلٍ مُخْتَلِفَةٍ فِي الْجِسْمِ، مِثْلَ مُتَلَازِمَةِ التَّعَبِ الْمُزْمِنِ وَأَوْجَاعِ

القدمين (يكون نغلا الحذاء من المطاط عادة). ويمكن أن تحصل هذه المتلازمة أيضاً بسبب استعمال المطاط وأقلام الرصاص والورق السائل.

إنَّ آيةَ حالات تحسسية تُصيب خطفي القلب والتأمور والعضلات المرافقة هي قادرةٌ على إحداث اضطرابات في الثقل والوظيفة على مستوى القلب وجهاز الدوران.

أخيرَ رجلٍ عمره 64 سنة، لا يزال يتعافى من نوبة قلبية جسيمة حدثت قبلَ عشر سنوات، بأنَّ الشريانيين الرئيسيين في قلبه مسدودان بنسبة 80 - 90 %؛ وأظهرت طرائقُ اختبارات نامبودرياد العضلية أنَّ لديه تحسُّساً لأطعمة مختلفة، بما في ذلك الحديد. كما كان متحسِّساً للمواد المصنوعة من الحديد، بما فيها سوار الفولاذ المقاوم للصدأ الذي يرتديه لأسباب دينية. وقد زال تحسُّسه للحديد بعدَ 18 جلسة علاجية. وقبل المعالجات، كان يُعاني من آلام صدرية وتعب وتشنجات (مَعض) في الساقين وأرق وأحاسيس ناخزة في أجزاء مختلفة من جسمه ومن نوبات دوخة متكررة؛ وتراجعت هذه الشكاوى بعدَ الانتهاء من المعالجات.

يُعدُّ داء بيرغر Buerger's disease حالة مَرَضِيَّة تُصيب جهازَ الدوران، مسببةً إعاقةً للدوران الدموي، لا سيما في اليدين أو القدمين. وفي الواقع، يمكن أن يتوقَّف دورانُ الدَّم في الطرفين تماماً بسبب جُلطة. هذا، وتتشكَّل الجلطاتُ الدموية في الأوعية الدموية عندَ الأشخاص الذين يُعانون من داء بيرغر؛ وتُدعى هذه الحالة أيضاً باسم الالتهاب الوعائي الخثاري المُسدِّ Thromboangiitis obliterans. ولقد تبَيَّن أنَّ داءَ بيرغر يصيب المدخنين المُفرطين بشكلٍ رئيسي، بسبب التحسُّس للتبغ؛ كما قد يكون نتيجةً للتحسُّس للأسبيرين أيضاً.

كانَ رجلٌ عمره 49 سنة يُعاني من صداعٍ شديد يضطرُّه إلى تناول 16 - 18 قرصاً من الأسبيرين في اليوم أحياناً لتخفيف الصداع؛ كما كان يشكو من سوء الدوران الدموي في يديه وقدميه. ومن المُستفَرَّب أنَّنا قد اكتشفنا وجودَ تحسُّس للأسبيرين لديه. وبعدَ معالجته من التحسُّس للأسبيرين، عادَ الدورانُ في الأجزاء البعيدة من الأطراف إلى حالته الطبيعية.

عندما يموتُ النَّاسُ بسببِ مَرَضٍ إِكْلِيلِي (تاجي) Coronary disease، يَكُونُ السَّبَبُ المَبَاشِرُ لِلْمَوْتِ هُوَ الانسدادُ الإِكْلِيلِي (انسداد الأوعية الدموية التي تَغْذِي القلب) بِجُلْطَةِ دُمَوِيَّةٍ تَوْقِفُ الدَّوْرَانَ فِي الشَّرْيَانِ المُصَابِ؛ فإذا اسْتَطَعْنَا اسْتِقْصَاءَ أسبابِ الجُلْطَةِ والتَّشَنُّجِ العَضَلِيِّ القَلْبِيِّ قَبْلَ حُصُولِهِ، يُمْكِنُ الوَقَايَةُ مِنَ الكَثِيرِ مِنَ الحَوَادِثِ المَمِيَّةَةِ. هَذَا - وَيتَكَوَّنُ القَلْبُ مِنْ عَضَلَاتٍ، وَيَحْتَوِي عَلَى أَوْعِيَةٍ دُمَوِيَّةٍ مِثْلَ أَيِّ جُزْءٍ آخَرَ مِنَ الجِسْمِ تَمَاماً، وَبِذَلِكَ قَدْ تَتَشَنَّجُ هَذِهِ العَضَلَاتُ بِسَبَبِ التَّفَاعُلَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ (الأَرْجِيَّةِ). وَلِهَذَا، مِنَ النِّطْقِيِّ تَمَاماً الْاِفْتِرَاضُ بِأَنَّ الذَّبْحَةَ الصَّدْرِيَّةَ Angina pectoris (تَشَنُّجُ الأَوْعِيَةِ الدَّمَوِيَّةِ المَرُوءَةِ لِلْقَلْبِ بِالدَّمِ وَالْأَكْسِجِينِ) تَنَجُّمٌ عَنِ التَّحْسُّسِ أحياناً.

عَوِلْتُ امْرَأَةً عَمَرُهَا 44 سَنَةً، كَانَتْ تَعَانِي مِنَ حُمَّى الكَلَأِ Hay fever والتهاب القصبات والالتهاب الرئوي المتكرر ونوبات نَقْصِ سَكَّرِ الدَّمِ مِنْذُ الطِّفْلِ، بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُبُودِيَادٍ، وَهَذَا مَا خَلَّصَهَا مِنْ مَعْظَمِ الْحَالَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ. وَفِي إِحْدَى اللَّيَالِي، وَبَعْدَ تَنَاوُلِ دَجَاجٍ مَشْنُوءٍ، بَدَأَتْ تَشْكُو مِنْ آلامٍ صَدْرِيَّةٍ شَدِيدَةٍ شَبِيهَةٍ بِالذَّبْحَةِ الصَّدْرِيَّةِ؛ وَلِذَلِكَ، اخْتَبَرْتُ مَبَاشَرَةً تَجَاهَ صَلَصَةَ الدَّجَاجِ (الشَّوَاءِ)، وَتَبَيَّنَ أَنَّ لَدَيْهَا تَحْسُّساً شَدِيداً لَهَا. وَقَدْ جَاءَتْ بِالصَّلَاصَةِ إِلَى عِيَادَتِنَا مَبَاشَرَةً، وَعَوِلْتُ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُبُودِيَادٍ؛ وَفِي غَضُونِ دَقَائِقٍ مَعْدُودَةٍ، تَوَقَّفَ الأَلَمُ الصَّدْرِي لَدَيْهَا.

لَا حِظَّ وَالِدَا وَلَدٍ أَنَّهُ كَانَ يُعَانِي مِنْ آلامٍ صَدْرِيَّةٍ عِنْدَمَا يَأْكُلُ البَطَاطَا المَهْرُوسَةَ، بَيْنَمَا لَا يَسْتَجِيبُ تَجَاهَ البَطَاطَا المَقْلِيَّةَ. فَالْمُشَارَكَةُ (الْجَمْعُ) بَيْنَ الحَلِيبِ وَالزَّبْدَةِ وَالبَطَاطَا كَانَتْ تَسَبِّبُ الأَلَمَ الصَّدْرِي. وَتَوَقَّفَ أَلَمُ الصَّدْرِي بَعْدَ أَنْ عَوِلَ تَجَاهَ البَطَاطَا وَمُتَنَجِّحَاتِ الحَلِيبِ؛ وَاخْتَبَرْتُ أُمَّهُ تَجَاهَ البَطَاطَا وَالحَلِيبَ، وَتَبَيَّنَ أَنَّهَا تَتَحَسَّسُ لهُمَا أَيْضاً، لَكِنَّهَا لَمْ تَشْكُ مِنْ آلامٍ صَدْرِيَّةٍ؛ غَيْرَ أَنَّهَا تَشْكُو مِنْ خُرَاجَاتٍ فِي الشَّدِيدِينَ. وَلَمْ تُعَذِّ هَذِهِ الخُرَاجَاتُ إِلَيْهَا مِنْذُ أَنْ عَوِلْتُ بِالنِّسْبَةِ إِلَى البَطَاطَا وَالحَلِيبِ. هَذَا، وَبِمَكْنَتِنَا الْاِسْتِنَاجَ مِنْ هَذِهِ الْحَالَةِ بِأَنَّ هَذَا التَّحْسُّسَ قَدْ يُعْطَى مَظَاهِرَ سَرِيرِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ، رَغْمَ أَنَّهُ وَرِاثِيٌّ.

الفصل الواحد والعشرون

التَّحَسُّسُ (الأَرَجِيَّة) والجهازُ العَصَبِي

تَشْتَمِلُ الْحَالَاتُ التَّحَسُّسِيَّةُ الْمُشَاهَدَةُ بِشَكْلِ شَائِعٍ فِي الْجِهَازِ الْعَصَبِيِّ الْمُرَكَّزِي عَلَى: الصَّرْعُ Epilepsy والاختلاجات الطفليَّة Infantile convulsions والأَرْقُ وInsomnia وداء مينير Meniere's disease وصداع الشقيقة Migraine headache والوهن العَضَلِي الْوَخِيم Myasthenia gravis والألم العَصَبِي والحَكَّة والشلل المؤقت في اليدين أو الذراعين أو السَّاقَيْنِ.

وَقَدْ يَكُونُ الصَّدَاعُ تَحَسُّسًا يُصِيبُ الْجِهَازَ الْعَصَبِيَّ، لِأَنَّهُ يَنْجُمُ عَنْ تَحَسُّسِ النَّسِيجِ الدِّمَاغِيِّ؛ وَهَنَّاكَ أَنْمَاطٌ مُخْتَلِفَةٌ مِنَ الصَّدَاعِ قَدْ تَكُونُ نَاجِمَةً عَنْ التَّحَسُّسِ وَالنَّوَاقِصِ وَالْإِصَابَاتِ وَالاضْطِرَابَاتِ الْإِنْفِعَالِيَّةِ (النَّفْسِيَّةِ). وَسَوْفَ نُنَاقِشُ أَشْكَالَ الصَّدَاعِ النَّاجِمِ عَنِ التَّحَسُّسِ.

يُصِيبُ الصَّدَاعُ وَالشَّقِيقَةُ مَلَائِينَ النَّاسِ حَوْلَ الْعَالَمِ؛ وَيَنْجُمُ نَحْوُ 99٪ مِنْ حَالَاتِ الشَّقِيقَةِ عَنِ التَّحَسُّسِ لشيءٍ مَا تَنَاوَلَهُ الْمَرِيضُ أَوْ اسْتَنَشَقَهُ أَوْ تَعَرَّضَ لِلتَّمَاسِ مَعَهُ.

وَحَالَاتُ نَوَبَاتِ الشَّقِيقَةِ، يُمْكِنُ أَنْ تَشْتَمِلَ الْأَعْرَاضُ عَلَى وَاحِدٍ أَوْ أَكْثَرِ مِمَّا يَلِي:

■ تَشَوُّشُ الرُّوْيَةِ، الْبُقْعُ الْعَمْيَاءُ (فِي شَبَكِيَّةِ الْعَيْنِ) Blind spots، عَمَى نَصْفِ السَّاحَةِ الْبَصَرِيَّةِ (العَمَى الشَّقِي) فِي إِحْدَى الْعَيْنَيْنِ أَوْ فِي كِلَاهُمَا، الْعَمَى، الْوَمَضَاتُ الضَّوْئِيَّةُ، الْأَضْوَاءُ الْمَتَكَسِّرَةُ Zigzag lights، عَدَمُ تَحْمُلِ الضَّوْءِ، الْأَلَمُ وَالشُّعُورُ بِنُتُوءٍ فِي الْعَيْنَيْنِ.

■ التَّخْلِيطُ، الدُّوْخَةُ، النِّسْيَانُ، الْاسْتِثَارَةُ، الْمَيْلُ إِلَى الصُّرَاخِ، الْبَكَاءُ أَوْ السُّبَابُ، التَّمَلُّلُ، التَّهَيُّجُ، بَطْءُ التَّفَكُّيرِ، صُعُوبَةُ التَّرْكِيزِ.

■ الشَّحُوبُ، التَّعَرُّقُ، الْإِحْمَرَارُ (التَّبْيُّغُ)، الْحُمَّى، تَنَمُّلُ الْأَطْرَافِ أَوْ الشَّفَتَيْنِ أَوْ

اللسان أو الأنف أو اليدين أو القدمين، نقص السَّمْع، الأهلـاس
Hallucinations السَّمْعِيَّة أو الذوقِيَّة أو الشَّمِيَّة.

وهذه الأعراض، فضلاً عن الصُّدَاع الشَّدِيد الذي يترافق بالغثيان والقيء،
تتصاحب مع الشقيقة عادةً، وقد تدومُ بضعة ساعات أو تستمر طوال النوبة.
ويمكن أن تدوم النوباتُ من بضعة ساعات إلى يومٍ أو يومين أو حتَّى إلى
أسبوع.

هناك نظريَّاتٌ خلافيَّةٌ مختلفةٌ سائدةٌ حوْل أسباب الصُّدَاع، لا سيَّما الشقيقة.
واستناداً إلى خبرتنا في مُعالجة أكثر من 1500 حالة لصداع الشقيقة خلال أكثر من
ثلاث سنوات (مع معدَّل شفاء بنسبة 90 - 95٪ من الأرجيَّات فقط)، نَسْتنتجُ أنَّ
الأسبابَ الرئيسيَّةَ للشقيقة هي مُحسَّسات (مُستأرجات) فقط. ومثل أيِّ شيءٍ
آخر، يَعوْدُ الأمرُ إلى الطَّبيب والمريض في القيامِ بالعملِ الاستِكْشافِي لتحديد
العواملِ المُشْتَبِهَةِ.

لا نستطيعُ أيُّ من الطَّرائقِ الحاليَّةِ المعاصرةِ في اختبار التحسُّسِ إيجادَ
العواملِ المُسبِّبَةِ لصداع الشقيقة، لأنَّ الاختبارات الجلديَّةَ واختبارات الحُدْسِ
Scratch tests والاختبارات الدموية للأرجيَّات (الحالات التحسُّسية) غيرُ قادرةٍ
على تَشخيصِ الأرجيَّات الطعاميَّة. ولا يَكُونُ حَذْفُ الأطعمةِ من النظامِ
الغذائي بالكفاءة الكافية، لا سيَّما عندما يَكُونُ المريضُ مُتَحسِّساً لأغليَّةِ
الأطعمة التي يتناولها. وإلى حينِ مَحيءِ الباحثين بطريقةٍ أخرى، تُعدُّ اختباراتُ
الاستجابة العضليَّة الطَّريقةَ الوحيدةَ المُعوَّلَ عليها لاكتشافِ المُستأرجاتِ في
حالة الشقيقة.

لا شقيقة بعد اليوم

كانت لدي شقيقة شديدة طوال حوالي 10 سنوات، وعندما تحصلتُ على التَّوبَة، ذهبتُ إلى قسم الطَّوَرِي
للحصول على حقنة، ثُمَّ اضطرَّرتُ إلى التَّوَم 3 - 4 لَيَّام. وأخيراً، زالت عني الشقيقة. وبعد
معالجات الدكتور ديمودريد بالنسبة للأرجيَّات الطعاميَّة (نحو 30 جلسة علاجيَّة)، لم أعُدْ
أشعر من الشقيقة، حيثُ لم أصبُ بليلةٍ نوميَّةٍ طوال 11 سنة. شكراً للدكتور ديمودريد
لاعتنائها هذه المعالجة الخارقة!

صداعي كان بسبب التحسس للطعام (الغلوتامات الأحادية الصوديوم

(Monosodium glutamate

كنت أعاني من الصداع طوال سنوات؛ ولم أكن أعلم أن تلك بسبب التحسس للطعام. فقد اعتدت على تناول الطعام الصيني، حيث أصاب بالتوعك وأصيب بالصداع. ولكن بعد أن عالجته للكثرة بقي بالنسبة للغلوتامات الأحادية الصوديوم، لم أعذ لشكو من الصداع عند أكل الطعام للصيني.

يَسْأَلُ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ عَنْ فِتْرَةِ التَّعَافِي بَيْنَ نَوْبَاتِ الشَّقِيقَةِ؛ وَالْفَرْضِيَّةُ الْوَحِيدَةُ هِيَ أَنَّ الدِّمَاغَ يَسْتَجِيبُ لِأَيِّ نَوْعٍ مِنَ الْأَلْمِ فِي الْجِسْمِ. وَعِنْدَمَا يُصَابُ الْمَرِيضُ بِالشَّقِيقَةِ، يُعَانِي مِنَ أَلْمٍ شَدِيدٍ.

يُحَرِّرُ الدِّمَاغُ تَرِياقاً Antidote أو مُفَرِّزاً يُمَثِّلُ دَوَاءً لِلْمُسْتَأْرَجِ الْمُسَبِّبِ لِلشَّقِيقَةِ الرَّاهِنَةِ. وَيَكُونُ الْإِفْرَازُ كَافِياً لِتَعْدِيلِ السَّمِّ (الذِّيفَان) Toxin، وَيُفَرِّزُ الدِّمَاغُ بَعْضَ الْمَقْدَارِ الْإِضَافِيِّ الَّذِي يَبْقَى فِي الْجِسْمِ لِفِتْرَةٍ أَطْوَلَ. وَخِلَالِ هَذِهِ الْمُدَّةِ، إِذَا أَكَلَ الشَّخْصُ أَوْ اسْتَعْمَلَ الْمُنْتَجِ السَّامَّ نَفْسَهُ، يُمْكِنُ أَنْ يُعَدِّلَهُ الْمُفَرِّزُ الْمُبْقِي، وَيَحْصُلَ دُونَ حُصُولِ نَوْبَةٍ أُخْرَى. وَهَنَاقَ احْتِمَالٌ آخَرُ يُمَثِّلُ فِي أَنَّ تِلْكَ الْأَطْعَمَةَ ذَاتَهَا الَّتِي تُسَبِّبُ الْمَشْكَلَةَ لَا تَكُونُ ضَارَّةً لِلْمَرِيضِ فِي أَوْقَاتٍ أُخْرَى، بِوُجُودِ هَذَا الْمُفَرِّزِ الْمَعْدَّلِ Neutralizing secretion. وَرَبَّمَا يَكُونُ ذَلِكَ مُسَوِّلاً عَنِ الطَّبِيعَةِ الدَّوْرِيَّةِ أَوْ الْمُتَكَرِّرَةِ (النَّكَسَةِ) لِلشَّقِيقَةِ. وَعِنْدَمَا تَنْقُصُ هَذِهِ الْمَنَاعَةُ أَوْ الْإِفْرَازُ، يَعُودُ الْجِسْمُ مِنْ جَدِيدٍ مُتَحَسِّساً لِلْمُسْتَأْرَجَاتِ، وَتَحْصُلُ نَوْبَةٌ أُخْرَى، وَيَدْخُلُ الدِّمَاغُ فِي الْعَمَلِيَّةِ نَفْسَهَا ثَانِيَةً؛ وَهَذَا هُوَ الْمَسْئُولُ عَنِ دَوْرِيَّةِ Periodicity صُدَاعِ الشَّقِيقَةِ، حَتَّى عِنْدَمَا يَنْجُمُ عَنِ الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ الشَّائِعَةِ: الْحَلِيبُ، الْخَنْطَةُ، الْبَيْضُ، الشُّوْكَولاتُ، الْكَافِيَيْنِ... إلخ، وَالَّتِي تُوجَدُ دَائِماً فِي مَعْظَمِ الْأَنْظَمَةِ الْغِذَائِيَّةِ.

كَانَتْ امْرَأَةٌ عَمْرُهَا 44 سَنَةً تُعَانِي مِنْ صُدَاعِ الشَّقِيقَةِ وَحَمَى الْكَلَأِ الْفَصْلِيَّةِ وَالْوَدَمَةِ الْوَعَائِيَّةِ الْعَصَبِيَّةِ وَأَعْرَاضَ شَدِيدَةٍ سَابِقَةً لِلطَّمْثِ... إلخ، وَتَذَهَبُ إِلَى قِسْمِ الطَّوَارِي فِي الْمُسْتَشْفَى مَرَّةً فِي الْأُسْبُوعِ لِلْحُصُولِ عَلَى حَقْنَةٍ مُسَكِّنَةٍ لِلْأَلْمِ. وَكَانَتْ تَنَامُ فِي غُرْفَةٍ مُظْلِمَةٍ خَالِيَةٍ مِنَ الصَّحَّاحِ لِيَوْمَيْنِ إِلَى أَنْ يَخْفَ الصُّدَاعُ. وَلَمْ يَخْطُرْ بِيَالِ

لا شقيقة بعد اليوم!

كانت لدي شقيقة شديدة طوال حياتي؛ وعندما تحصل لدي للنوبة، أذهب إلى قسم الطوارئ للحصول على حقنة؛ ثم أضطر إلى النوم 3 - 4 أيام. وأخيراً، زالت عني الشقيقة. وبخلاف معالجات النكتورة نامبودريلا بالنسبة للأرجينات الطعامية، لم أعُد أشكو من الشقيقة، حيث لم أُنصب بآلية نوبة طوال 14 سنة. إن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريلا تعمل جيداً!

أحد أو يشتهب باحتمال وجود تحسُّس لدى هذه المرأة. وعندما قَدِمَت إلى عيادتنا، وُجِدَ من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية أنَّها مُتَحَسِّسَةٌ لجميع الأطعمة التي تأكلها تقريباً؛ وسُجِّلَت في برنامجنا الدَّورِي أو المُنْتَظَم. وفي غضون شهرين، خَفَّت الشقيقة لديها. وعندما تُصابُ بنوبة واحدة، تكون بسبب الحليب، وتدوم بضع دقائق إلى ساعتين، وتُحَسِّن بمجرَّد تَمْسِيد نقاط الضَّغْط من دون تناول أية أدوية. وبعد سبعة أشهر إضافية من المعالجات، تَخَلَّصَت من الشقيقة تقريباً. وقد عادت طوال السَّنين الخمس الماضية مرَّتين فقط إلى عيادتنا شاكية من شقيقة خفيفة.

ألم الظهر

يُعاني ملايين النَّاس من أنماط مختلفة من أوجاع الظهر؛ ومن الشائع جداً حدوث ألم أعلى الظهر ووسطه وأسفله وألم العَصَبِ الْوَرَكِي (عَرَقِ النَّسَا، النَّسَا) Sciatic neuralgia.

ألم أعلى الظهر

يمكن أن يحصل نقص في جريان الطاقة العصبية على مستوى الشُّدَف (الْقَطْع) التُّخَاعِيَّة الرَقِيَّة (الفقرات) والأعصاب التُّخَاعِيَّة المُرَافَقَة، ممَّا يُوَدِّي إلى ألمٍ وانزعاج في أعلى الظهر؛ وقد يكون ذلك نتيجة لإصابات أعلى الظهر والعمود الفقري (الإصابات المصنَّعة Whiplash injuries في حوادث السيارات) بسبب الجلوس أو النوم بوضعيَّات غير مريحة لفترات زمنية طويلة، أو بسبب بعض المُسْتَأْرَجَات التي تتناولها أو تستنشقها أو تكون على تماس معها. وقد لا تعاني من الألم لمدة طويلة إذا أُجريت طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، وعُوِلجت بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد.

الشقيقة طوال 40 سنة

اعتدتُ المعاناة من شقيقة شديدة طوال 40 سنة تقريباً، كما كان لدي التهاب مفصلي شديد، وصدفية لمدة 20 سنة. وعندما ذهبتُ إلى الدكتوراة ديفي قبل 5 سنوات، كنتُ في مأزق، فقد كنتُ أعرجُ وأمشي بمساعدة عكاز بسبب شدة التهاب المفصلي والجرابي لدي. وعالجتي الدكتوراة ديفي تجاه غبار الطلع والأعشاب والأزهار، ولم أَعُدْ أشكو من الشقيقة، وتراجع التهاب المفصلي بنسبة 90 % تقريباً. وعندما كنتُ أجربُ أي طعام جديد من دون اختبارات، يعود التهاب المفصلي بنسبة 10 %. وقد زالت الصدفية تقريباً، عدا بعض البقع النقية على المرفقين، وازدادت طافتي، وصرتُ أمشي نحو 6 كم كل صباح، وأصبحتُ أعوض عن ما ضاع مني في شبلي بمسبب الألم، بعد أن زال عني، واستمتع اليوم بكل يوم ثمين من حياتي.

كانت ماري Mary، البالغة من العمر 27 سنة الآن، تُعاني من شقيقة شديدة منذ أن كانت بعمر 13 سنة؛ ويشتدُّ الصداعُ لديها في الفترة حَوْلَ الدورة الطمثية (الشهرية)، بدءاً من اليوم الأول عادةً وحتى 4 - 5 أيام. واعتقد طبيها أن لديها اضطراباً في التوازن الهرموني، فأعطيت أقراص تنظيم الحمل عندما كانت بعمر 15 سنة، لكنَّ الصداع استمرَّ. وقد جرى تقيُّمُها من خلال طرائق اختبارات نامبودريباد العضلية، وتبيَّن أنَّها متحسَّسة للقطن، وهذا هو السَّبب في الصداع؛ فقد كان تحبُّ البولستر والمواد التركيبية الأخرى، ولا ترتدي نسيجاً قطنياً غالباً؛ ولكنَّ المناديل الصحيَّة التي تستعملها مصنوعة من القطن لتحقيق امتصاص أفضل لدم الطمث؛ وكان التماسُّ المباشر لجلدها مع القطن يحرِّض الصداع الذي يستمرُّ 4 - 5 أيام. وبما أنَّها لم تكن تستعمل القطن في الأيام الكثيرة المتبقية من الشهر، لذلك تزول عنها الأعراضُ خلال ذلك. وعندما عولجت بنجاح تجاه القطن باستعمال طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، خفَّت شدة الشقيقة وتَوَاتَرها. يبلغ كيم Kim من العمر 34 سنة الآن، وهو كان قد عانى من احتقان متكرَّر في الجيوب وصداع وأوجاع في أعلى الظهر منذ عدَّة سنوات؛ وكان يتناول المضادَّات الحيويَّة غالباً للسيطرة على عدوى الجيوب لديه. وعندما جاء إلينا للتقييم، اكتشفنا من خلال طرائق اختبارات نامبودريباد العضلية أنَّ مشاكل الجيوب

لقد زال ألم رقبتي وظهري المزمن

كنت أعاني من تيبس شديد ومتكرر في رقبتي وأعلى ظهري طوال السنين الأربع عشرة الماضية، واستصعبت وصفتي بوقاية مختلفة وفراضاً مضطربة من دون وصفة لألم رقبتي وكفلي. ولغيرني عند من الأطباء بأن سبب ذلك هو الإجهاد. وعندما عليّتي الدكتور ديفي من الثوبل، أصبحت مريضاً جداً خلال الساعات الثماني عشرة الأولى بعد المعالجة. ولكن، حينما استيقظت صباح اليوم التالي، لم أكن أشكو من ألم رقبتي وأعلى ظهري المزمن، ولم يبق الألم منذ ثلاث سنوات.

لديه كانت بسبب البندورة (الطماطم) والثوم والبصل، فقد كان يأكل هذه الأطعمة مع كل وجبة. ولكن بعد أن عولج بنجاح تجاه هذه الأشياء، خفَّ الصُّداعُ وزالت عذوى الجيوب، واستطاع لأول مرة منذ سنين أن يتنفس بشكل طبيعي.

ألم منتصف الظهر

كانت ميشيل Michelle تُعاني طوال سنتين من أوجاع منتصف الظهر؛ وقد أصبحت مهمّة بصحتها منذ سنتين، وكانت تأكل الخبز الأسمر والأطعمة الصحيّة Wholesome؛ وقد تبين أن لديها تحسّساً شديداً للفيتامينات B في المنتجات الكاملة الحنطة، ممّا أدّى إلى أوجاع شديدة في منتصف ظهرها. وعندما عولجت بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد من الفيتامينات B، خفَّ ألم منتصف الظهر.

تُؤدّي البطاطا إلى ألم منتصف الظهر لدى الكثير من الناس؛ وقد قدّمت ريجي Reggie البالغة من العمر 39 سنة إلينا بألم شديد مستمر في منتصف ظهرها؛ وكانت قد جرّبت معالجات مختلفة لآلامها الظهرية. وأجرت صوراً شعاعية عدّة لظهرها، دون ملاحظة أية شذوذات. وقد أحالتها إحدى صديقاتها، وهي مريضة من مريضاتنا، إليّ، فقمْتُ بتقييمها من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، ووجدتُ أن ألم ظهرها كان نتيجة تحسّسها للبطاطا. ولم تكن متحسّسة للعديد من الأشياء. وكانت البطاطا غذاءها

الرئيسي منذ الطفولة، ولم تظن أبداً أنها متحسّسة لها. وبما أنها كانت تشكو من ألم حاد، قرّرت أن أعالجها تجاه الباطا مباشرة. ونحن، في الحالات الحادة، لا نتبع قاعدة المعالجة الأساسية. هذا، وبعد 10 دقائق من المعالجة تجاه الباطا، وخلال معالجة التوازن بالوخز الإبري Acupuncture balancing treatment، دقت جرس النداء في غرفتها، فذهبت لتنفّذ الأمر. كانت تجلس على الطاولة، والدموع تنهمر على خديها، وقالت: "هل من الممكن أن تؤثر المعالجة بهذه السرعة؟" لقد بدت قلقة، وقالت: "لقد انفرج ألم ظهري مائة بالمائة الآن، هل هذا حقيقي؟ يا دكتورة، أم أنني أحلم؟" وقد قمت بتحري التحسّس لديها تجاه الباطا باختبارات الاستجابة العضلية، وكانت قوية؛ وقلت لها: "إنها طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد يا ريجي، وما تشعرين به أمر حقيقي، وربما لن تُعاني من ألم الظهر ثانية؛" وقد قابلتها بعد 5 سنوات في السوق في أحد الأيام، فأسرعت إلي وقالت: "لقد كنت على صواب يا دكتورة، فلم أشعر بألم الظهر ثانية منذ أن عالجتي من التحسّس للباطا.

ألم أسفل الظهر

أشارت دراسة حديثة إلى أن ألم أسفل الظهر هو ثاني أكثر سبب شيوعاً لمراجعة الشخص لطبيب الرعاية الأولية في البلاد.

كان راي Ray، البائع البالغ من العمر 34 سنة، يُعاني منذ أن كان بعمر 3 سنوات من ألم مزعج ومزمن في أسفل الظهر؛ وقد اشتكى من آلام شديدة في أسفل الظهر وهو في الطريق في أحد الأيام. وعندما لا يكون مُسافراً، لا يكون ألم أسفل الظهر لديه بهذه الشدة. وكان قد اشترى قرصاً برياً قبل ثلاث سنوات، وكان يمتطيه ساعة من الزمن في عمله كل صباح. هذا، وتبين أن لديه تحسّساً تجاه أغذية المقاعد الأكريليكية في السيارة.

تنتمي الفليفلة إلى فصيلة البادونا⁽¹⁾ Nightshade family؛ وتحتوي خضار هذه الفصيلة (الباطا، الفليفلة، البصل، الباذنجان، الطماطم) على مادة

(1) نبات سام يُستخرج منه الأتروين.

شَبِيهَةٌ بِالسُّمِّ تُدْعَى السُّولَانِينَ *Solanin*. وَلَا يُنتِجُ الْكَثِيرُ مِنَ النَّاسِ الْإِنْزِيمَ فِي أَجْسَامِهِمُ وَالَّذِي يَهْضُمُ السُّولَانِينَ؛ وَتَعْمَلُ هَذِهِ الْمَادَّةُ عَمَلَ السُّمِّ عِنْدَ هَؤُلَاءِ الْأَشْخَاصِ، مُؤَدِّيَةً إِلَى مَشَاكِلَ صِحِّيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ: الرَّبْو، الْمَشَاكِلَ الْقَلْبِيَّةَ، الْمَشَاكِلَ الْجُلْدِيَّةَ، أَوْجَاعَ الظَّهْرِ، مَشَاكِلَ الْجُيُوبِ، آلامَ الْمَفَاصِلِ، الْأَرَقَّ، التَّهَيُّجَ، الْقَلْقَ، الصُّدَاعَ... إلخ.

أُحِيلَتْ رُوز Rose، الْبَالِغَةُ مِنَ الْعُمُرِ 62 سَنَةً، إِلَى بِسَبَبِ أَلَمٍ فِي أَسْفَلِ الظَّهْرِ لَدَيْهَا؛ وَقَدْ وَجَدْتُ، مِنْ خِلَالِ طَرَائِقِ اخْتِبَارَاتِ نَامِبُورْدِيَادِ الْعِضْلِيَّةِ، أَنَّ أَلَمَ أَسْفَلِ الظَّهْرِ مُرْتَبِطٌ بِالتَّحَسُّسِ لِلْفَلِيفَلَةِ. وَعِنْدَمَا سَأَلْتُهَا عَمَّا إِذَا أَكَلَتِ الْفَلِيفَلَةَ، قَالَتْ إِنَّهَا لَا تَسْتَطِيعُ الْعِيشَ مِنْ دُونِ فُلْفِلَفَةٍ، فَهِيَ تَلْتَقِفُهَا وَتَأْكُلُهَا مَعَ كُلِّ وَجْبَةٍ. وَلَكِنْ بَعْدَ أَنْ عَوَّلْتُ مِنَ التَّحَسُّسِ لِلْفَلِيفَلَةِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُورْدِيَادِ، قَالَتْ وَدَاعًا لِأَلَمِ أَسْفَلِ الظَّهْرِ.

أَلَمُ الْعَصَبِ الْوَرَكِيِّ (عَرَقُ النِّسَاءِ، النِّسَاءِ)

قَدِمَ جُون John، الْبَالِغُ مِنَ الْعُمُرِ 52 سَنَةً، بِأَلَمٍ شَدِيدٍ فِي الْعَصَبِ الْوَرَكِيِّ، وَكَانَ الْأَلَمُ وَالْخَذَرُ يَنْتَشِرَانِ إِلَى سَاقِهِ الْيُسْرَى وَجَانِبِ قَدَمِهِ. وَقَدْ تَبَيَّنَ، مِنْ خِلَالِ طَرَائِقِ اخْتِبَارَاتِ نَامِبُورْدِيَادِ الْعِضْلِيَّةِ، أَنَّهُ كَانَ يَسْتَعِينُ كَثِيرًا بِمَرْبِيِّ الْبَرْتَقَالِ فِي قُوَّتِهِ طَوَالَ الْأَسَابِيعِ الْقَلِيلَةِ السَّابِقَةِ، كَمَا كَانَتْ قَدْ اسْتَعْمَلَتْ زَوْجَتُهُ بَدِيلًا سُكَّرِيًّا آخَرَ لِتَحْلِيَةِ الْمَرْبِيِّ. وَعِنْدَمَا عُرِفَتِ الْمَشْكَلَةُ، عُولِجَ بِشَكْلٍ مُتَكَرِّرٍ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُورْدِيَادِ خَمْسَ مَرَّاتٍ تَجَاهَ الْبَدِيلِ السُّكَّرِيِّ. وَبَعْدَ 4 سَاعَاتٍ مِنَ الْعَمَلِ الدَّوَّوبِ، اسْتَجَابَ أَخِيرًا لِلْمُعَالَجَةِ، وَتَخَلَّصَ مِنْ أَلَمِ الْعَصَبِ الْوَرَكِيِّ.

الْخَسُّ وَأَلَمُ الظَّهْرِ

بِمَا أَتَنِي كُنْتُ لَاعِبًا سَابِقًا فِي خُرَّةِ الْقَدَمِ، كُنْتُ أَعْقِي أَحْيَا مِنْ أَلَمِ أَسْفَلِ الظَّهْرِ؛ وَخِلَالِ إِحْدَى الْفَتَرَاتِ الْخَاصَّةِ، كَانَتْ أَخْفُ الْحَرَكَاتِ تَسَبِّبُ الْإِزْعَاجَ لِي، فَفُتْتُ بِتَعَقُّبِ مَا أَكَلَهُ، وَاكْتَشَفْتُ الدُّكْتُورَةَ دِيفِي أَتَنِي مُتَحَسِّسٌ لِلْخَسِّ. وَبَعْدَ جُلُوسَتَيْنِ مِنَ الْمُعَالَجَةِ، زَالَ أَلَمُ الظَّهْرِ عَنِّي. وَلَمْ يَعْذْ مِنْذَ 4 سَنَوَاتٍ. لَقَدْ بَقِيَتْ مَرِيضًا مِنْ مَرَضِي الدُّكْتُورَةِ دِيفِي عَلَى مَدَى 4 سَنَوَاتٍ، وَكُنْتُ أَعُودُ إِلَيْهَا كُلَّمَا حَدَثَتْ أَيْةٌ مُشَابِلَةٌ.

أَتَى زَوْجُ جويس Joyce بها إلى عِيَادَتِنَا؛ وكانت تُعَانِي من أَلَمٍ شَدِيدٍ فِي الْعَصَبِ الْوَرَكِي، مع مِيلَانٍ مُتَفَادٍ لِلأَلَمِ Antalgic lean نَحْوِ الْأَيْسَرِ بَدَأَ بَعْدَ تَنَاوُلِ الْعِشَاءِ فِي لَيْلَةٍ سَابِقَةٍ. وَقَدْ شَعَرَتْ بِأَوَّلِ وَخْزَةٍ لِأَلَمِ الْعَصَبِ الْوَرَكِي عِنْدَمَا مَشَتْ إِلَى سَيَّارَتِهَا فِي ذَلِكَ الْمَسَاءِ. وَعِنْدَمَا اسْتَيْقَظَتْ صَبَاحَ الْيَوْمِ التَّالِي، لَمْ تَسْتَطِعِ الْحَرَكَةَ أَوْ النُّهُوضَ مِنْ سَرِيرِهَا. وَبِتَقْيِيمِهَا، مِنْ خِلَالِ طَرَائِقِ اخْتِبَارَاتِ نَامِبُورْدِيَادِ الْعَضَلِيَّةِ، وَجَدَ أَنَّ الْمَشْرُوبَ الْخَاصَّ الَّذِي شَرِبْتَهُ قَبْلَ لَيْلَةٍ كَانَ السَّبَبَ فِي أَلَمِ الْعَصَبِ الْوَرَكِي؛ فَقَدْ فَاجَأَهَا زَوْجُهَا بِدَعْوَتِهَا إِلَى الْعِشَاءِ فِي مَطْعَمٍ خَاصٍّ بِمُنَاسِبَةِ عِيدِ مِيلَادِهَا. وَاحْتِفَالاً بِهَذِهِ الْمُنَاسِبَةِ، طَلَبَ لَهَا مَشْرُوباً مَفْضِلاً عَلَى الْعِشَاءِ. وَقَدْ عَوَّلَتْ تَجَاهَ هَذَا الْمَشْرُوبِ بِطَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُورْدِيَادِ، وَفِي أَقَلِّ مِنْ نِصْفِ سَاعَةٍ تَخَلَّصَتْ مِنْ أَلَمِ الْعَصَبِ الْوَرَكِي.

أَلَمُ الْعَصَبِ الْوَرَكِي

طَلَبْتُ فِي أَحَدِ الْمَطَاعِمِ لَحْماً مَظْهُوًّا بِالْفَلْفَلِ الْأَحْمَرِ Chili، فَجِءَ بِهِ مَعَ قُطْعِ الْبَصَلِ الْأَحْمَرِ، فَكَلْتُهُ؛ مَعَ أَتْنِي نَادِراً مَا أَكَلْتُ الْبَصَلَ. وَفِي غُضُونِ 30 دَقِيقَةً، تَغَاعَلْتُ رِنَتَايَ بِالْأَرِيزِ (تَتَفَسَّسُ مِثْرَاقِي بِصَوْتٍ مُوسِيقِيٍّ) Wheezing والسُّعَالُ؛ وَفِي الْيَوْمِ التَّالِي، أَصَبْتُ بِأَلَمٍ شَدِيدٍ فِي سَاقِي الْيُسْرَى، وَتَحَوَّلَ الْأَرِيزُ إِلَى التَّهَابِ فِي الْقَصَبَاتِ، وَتَغَلَّغَ أَلَمُ سَاقِي كُلِّ يَوْمٍ، وَأَصْبَحَ الْأَلَمُ يَنْتَشِرُ إِلَى فَخْذِي الْيُسْرَى وَالْجُزْءِ الْخَلْفِيِّ مِنْ رِجْلَيْتِي وَكَاهِلِي؛ وَاسْتَمَرَّ ذَلِكَ ثَلَاثَةَ أَسَابِيعٍ؛ فَرَاغَتْ طَبِيبُ الْأَمْرَاضِ الْبَاطِنِيَّةِ الَّذِي وَصَفَ لِي بَعْضَ الْمَضَادَّاتِ الْحَيَوِيَّةِ وَالْمُسْكِّنَاتِ. وَلَكِنْ، اسْتَمَرَّ السُّعَالُ وَالْأَلَمُ السَّاقِ الْيُسْرَى لَدِي.

وَكَانَتْ الدُّكْتُورَةُ دِيفِي فِي إِجَازَةٍ. وَبَعْدَ ثَلَاثَةِ أَسَابِيعٍ، جِئْتُ لِرُؤْيَا الدُّكْتُورَةِ دِيفِي، وَكُنْتُ لَا أَزَالُ أَعَانِي مِنْ أَلَمِ مِبرَحٍ فِي سَاقِي. وَمِنْ السُّعَالِ أَيْضاً. وَخِلَالِ تَقْيِيمِهَا، وَجَدْتُ أَنَّ لَدِي تَحَسُّساً لِلْبَصَلِ الْأَحْمَرِ الَّذِي أَكَلْتُهُ فِي الْمَطْعَمِ الْمَكْسِيكِ. فَعَالَجْتَنِي مِنَ الْبَصَلِ، وَاخْتَفَى أَلَمُ سَاقِي فِي غُضُونِ دَقَائِقٍ قَلِيلَةٍ. وَبَعْدَ أُسْبُوعَيْنِ، أَخَذْتَنِي صَدِيقَتِي إِلَى الْمَطْعَمِ نَفْسِهِ، وَأَكَلْتُ اللَّحْمَ الْمَظْهُوًّا بِالْفَلْفَلِ نَفْسِهِ، لَكِنْ دُونَ أَنْ أَصَابَ بِالْأَرِيزِ أَوْ السُّعَالِ أَوْ أَلَمِ السَّاقِ. لَقَدْ مَكَّنْتَنِي طَرَائِقُ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُورْدِيَادِ مِنْ تَنَاوُلِ طَعَامِي الْمَفْضَلِ فِي أَيِّ مَطْعَمٍ. لَقَدْ اسْتَعَدْتُ حَيَاتِي مِنْ جَدِيدٍ!

الصداع العُقودي

كنتُ أعاني من الصداع العُقودي Cluster headaches منذ أن انتقلتُ إلى بيتنا الجديد قبل خمس سنوات؛ وقد جُزيت أدوية المعالجة الإخلافية Allopathic medications والأعشاب الصينية والمعالجة المثلية Homeopathic remedies من دون أية فائدة.

لقد كنتُ أشكو من التشنج طوال حياتي، وكان علي أن أتعليش مع هذا الوضع؛ وقد كان الطفح بملاً وجهي، وتورم شفتاي وغيناي وتصلبان بالحكة. وبعطيتني الأطباء الأدوية والمراهم فبحسب الطفح بالثريرج مؤقتاً لبضع دقائق إلى ساعة قليلة؛ ولم يعرف أحدُ السبب. ولكنني لم أكن أعاني من الصداع العُقودي أبداً قبل ذلك. وكنتُ ألتقي العلاج في أحد المستشفيات المشهورة في سان دييغو San Diego. وفي أحد الأيام (1990)، فتحتُ جريدة منبر الخطبة (تريون) بسان دييغو San Diego Tribune، وقرأت عن الدكتور ديفي وطرق إزالة التشنج بحسب نامبودرياد على صفحة الغلاف. وعلى الفور، طلبتُ موعداً معها. وفي عيادة، اكتشفتُ من خلال الاختبارات العضلية البسيطة، أن المشغولات العضلية الداخلية في منزلي كانت هي السبب، وطلبَ مني جلبُ قشارة من مختلف الأثاث الخشبي في بيتي، بما في ذلك خزان المطبخ. وبعد أن علجتني تجاه القشارة الخشبية، لم أعدُ أشكو من الصداع العُقودي.

حُمِلتُ بيتي Betty، البالغة من العمر 49 سنة، إلى عيادتي من قبل زوجها وأختها بعدَ ظهر أحد الأيام. وكانت تعاني من ألم شديد أسفل ظهرها ومن ألم ينتشر إلى ساقها اليمنى. وعند فحصها، تبين أن لديها تحسُّساً للخُرْشُف Artichoke الذي أكلته على الغداء. وقد عولجتُ من الخُرْشُف فوراً بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد؛ وفي أقل من 20 دقيقة، خفَّ ألمها بنسبة 90%. وبعدَ 25 ساعة، جاءتُ بهدف إعادة التَّقييم، وكانت قد تخلَّصتُ من ألم ظهرها وألم العَصَب الوريكي بنسبة 100%.

ذهبتُ ماري Marie، البالغة من العمر 67 سنة، إلى العشاء في بيت أخيها المُصاب بالسكرى؛ وكانت زوجته قد صنعتُ لها حلوى الرُزْ بالحلويات الصناعية. وعندَ حوالي الساعة 10 مساءً، بدأتُ تُعاني من ألم مُبرِّح في الجهة اليمنى من وجهها، ولم يستجب الألم للمسكِّنات الاعتيادية. وقد عولجتُ ماري تجاه المُحلَّيات الصناعية بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، فراجعَ ألم العَصَب الوجهي Facial neuralgia بعدَ 10 دقائق من المعالجة.

لقد زالت مشاكل المرارة عني!

لقد وجدتُنيَ للدكتورَةِ ديفي نامبودريباد لقاتني كثيراً في حيتي؛ فمن خلال معالجاتها للتحسُّس، أصبحتُ الآنَ قادرةً على أكل الجبن والخضرة والبطاطا والبنسل والزيتون والزبدة والكثير من الأطعمة الأخرى التي كنتُ أتحسُّسُ لها. وقبل أن أضعُ للمعالجات بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد، كنتُ أشكو من ألمٍ وقزاج في المرارة معظمَ الوقت بعد أن أكلَ أيَ طعام، كما كانَ الهضمُ لديّ ضعيفاً. ولما الآن، فلما أشعرُ بقشوة وبطفلةٍ خبيثة، وأكلَ أيَ نوعٍ من الطعام. لقد أصبحَ لحيتي معنى!

فيما يلي حالةٌ مثيرةٌ جداً عن صداع الشقيقة، حيث كانَ العاملُ المسبِّبُ هو نشأ الذرة Cornstarch ومنتجات الذرة. هذا، فقد كانَ المريضُ يأكلُ الذرةَ ومُنْتَجَاتِ الذرةَ مرَّتين أو ثلاث مرَّات في اليوم على الأقل إلى أن أُصيبَ بصداعٍ شديدٍ مزمِنٍ منذ 9 أشهر. وكان قد جرَّبَ أدويةً مختلفةً قبل أن يأتيَ إلى عيادتنا. وبعدَ تَقْيِيمِ قصَّته وأعراضه، وُجِدَ أنَّ الذرةَ هي المهيِّجُ الرئيسي. ولقد استغرقَ الأمرُ 28 يوماً من المعالجات المتعاقبة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد للتخلُّص من التحسُّس لديه تجاهَ الذرةَ ومُنْتَجَاتِها. وفي نهاية هذه الفترة، لم يخفَ الصداعُ لديه وحسب، بل تَخَلَّصَ من عددٍ من حالاتِ التحسُّس الأخرى للطعام والتي كانَ مُصاباً بها قبلَ المعالجة.

وهناك حالةٌ مثيرةٌ أخرى عن صداع الشقيقة تستحقُ الذكر؛ فبعدَ يومين من زواجه، أُصيبَ رجلٌ بشقيقةٍ يُمَتَّى. وبعد شهرين، جاءَ به أحدُ أصدقائه إلى عيادتنا، وكانَ متحسِّساً تجاهَ عروسه، وعولجَ من ذلك؛ وبعدَ أن تَخَلَّصَ من التحسُّس بنجاح، اختفت الشقيقة التي دامت شهرين. ولم يكنْ - والله الحمد - متحسِّساً للكثير من المواد الغذائية، لكنَّه كانَ يتحسُّسُ لغبار الطلع والأعشاب، ولديه قصَّةٌ لحَمَى الكَلَأ منذ الطفولة بسبب ذلك، غيرَ أنَّ الشقيقةَ لم تحصلَ لديه قَبْلَ زواجه.

يَنبَغِي النَّظَرُ إلى أيِّ صداعٍ غير مفسَّر، مُزْمِنٍ أو حاد، يحصل بشكل دوري عندَ الشَّخْص، على أنَّه من منشأٍ تحسُّسي، ما لم يَثْبُتَ العكس.

هل أقول وداعاً للوهن العضلي الوخيم؟

قد عانيت من الوهن العضلي الوخيم Myasthenia gravis منذ بضع سنوات؛ وأخذني زوجي إلى جميع الاختصاصيين البارزين في البلد لإيجاد معالجة لهذا الاضطراب المخيف. وكنت أصاب بضيق في الحلق غالباً، وأشعر بلساني ثقيلاً، ولا أستطيع الكلام؛ كما كان جسمي متثاقلاً، ولا أقدر على الحركة، وأشعر باليأس خلال تلك الغوارض. وكان ذلك يحصل مرتين في الأسبوع في البداية. وبمرور الوقت، أصبح ذلك أكثر تكراراً. ومهما كانت المعالجة التي خضعت لها، لم أستفد منها شيئاً، وكنت أشعر بالخوف طوال الوقت؛ ثم سمعت عن الدكتور ديفي وطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد من خلال أحد الأصدقاء، وعلى الفور ذهبت إليها، وبدأت معالجاتي تجاه التحسس. وبعد القليل من المعالجات، أستطيع القول بأنني في طريقي إلى الشفاء من الوهن العضلي الوخيم. وما زلت أعاني من الكثير من الحالات الشخصية التي يجب التخلص منها. وعندما قللت من استعمال أي طعام أو منتجات مصنوعة، لم أجد أشكو من أية أعراض للوهن العضلي الوخيم مطلقاً. وإذا ما أكلت شيئاً محسباً بشكل مقصود أو عن طريق الخطأ، تعود الأعراض، ولكن بطريقة أقل وطأة. ولكنني آمل الآن أن أتخلص من هذا المرض قريباً بمساعدة طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد.

يُعدُّ داء منيير Meniere's disease، المتصاحب مع دوار ونوبات من الدوخة وطنين (رنين في الأذنين)، شكوى شائعة جداً، لا سيما عند المسنين أو المصابين بنقص المناعة؛ وتعود بعض هذه الحالات إلى تورُّم في القنوات الهلالية Semicircular canals المتوضعة على جانبي الرأس، ضمن الأذن الباطنة تماماً؛ وهي تتكوّن من ثلاث قنوات مترابطة يدور غيرها اللّمف المحيطي Perilymph. وتتواصل هذه القنوات الثلاث فيما بينها، وتتوضع في وضعيات مختلفة. تُوجدُ على بطانة الغشاء المخاطي الداخلي للقنوات أشعارٌ أو أهداب دقيقة وحساسة جداً، وهي متصلة بالأعصاب ومغمورة على الدوام في اللّمف المحيطي الجائل؛ ويتحرّك هذا السائل من جزء من القناة إلى جزء آخر حسب وضعية الجسم، مثل تحريك الفقاعة في مسواة النجار تماماً. وتتحكّم القنوات الهلالية بالآلية توازن الجسم، وتستطيع من خلال قيامها بوظيفتها الصحيحة أن تحبّر الطيّار ما إذا كان يطير رأساً على عقب أم لا.

أَعَادَتِ طَرَاتِقُ إِزَالَةَ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادَ لِي الْحَيَاةَ!!

في 18 آب/أغسطس 1999 عرفتُ بأنَّني قد بوركت؛ ففي وقتٍ سابقٍ من الشهر، اتصلتُ بي أعزُّ صديقاتي في أطلنطا/جورجيا لتخبرني عن طَرَاتِقِ إِزَالَةِ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادَ، حيثُ خضعتُ للمعالجة بهذه الطَرَاتِقِ، ولاحظتُ تغيراً كبيراً. وبعدَ ما بحثتُ في الدَّكِل، وجدتُ الدكتورة ماريلين تشيرنوف Dr. Marilyn Chernoff على الشبكة (الإنترنت). وقد طلبتُ بالفعل موعداً مع مُمارِسٍ آخر في سانتا في Santa Fe، لكنني ألغيتُ ذلك الموعدَ بعدَ التحدثِ إلى الدكتورة ماريلين تشيرنوف. هذا، ولقد شُخِّصَ لديّ الدَّاءُ الجوفي Celiac disease وأنا بعمر سنتين، وكنتُ قد عانيتُ طوال الوقت من سوء الهضم ومن الانتفاخ والألم في بطني ومن الاكتئاب والتعب. وعندما وصلت مرحلة الرشد، عانيتُ من الربو أيضاً، وأدركتُ بعدَ سنواتٍ عديدةٍ بأنَّه كان بسببِ الحبوب. وقبلَ شهرين من مقابلةِ الدكتورة تشيرنوف، كنتُ قد أزلتُ جميعَ الحبوب من نظامي الغذائي، ولكنني كنتُ أأكلها أحياناً، وكانت النتيجة نوبةً ربوياً فوريةً.

وما لم أكنُ أتوقَّعه كان أن أتخلَّصَ من العديد من الأمراض الأخرى؛ ففي زيارتي الأولى ناقشنا موضوعَ تعبي المزمن والنسيان والسُّكس ونقص سكر الدم والانتفاخ والألم في البطن. وكان كلُّ شيء يُزعجني على حدٍ سواء. ولم أستطع أن أخذَ مشكلةً واحدةً بالضبط تُزعجني أكثر من غيرها، وأزلتُ التخلُّصَ منها جميعاً. لقد أجرتِ الدكتورة تشيرنوف سلسلةً من الاختبارات الضلَّيَّة بطَرَاتِقِ إِزَالَةِ التَحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادَ عليّ، وفَرَّرتُ التعلُّمَ مع السُّكس، واستطاعت، من خلال مهاراتها في الاختبارات، تحديدَ التسمُّم من اللحوم المحفوظة Botulism كسببٍ للسُّكس. ونكرتُ أنَّني في مرحلةٍ ما من حياتي كنتُ مريضةً جداً، واعتقدتُ بأنَّ الأفلونزا هي السبب، مع أن التسمُّم الغذائي كان وراء ذلك. وتذكَّرتُ بسهولة أن السلس بدأ لديّ عندما كنتُ حاملاً بولدي قبلَ 19 سنة، حيثُ مرضتُ بشدة، وبدأ السلسُ بعدَ ولادته مباشرة، وازدادتْ تأثيره بمرور السنين. وكانَ قد أخبرني الأطباءُ بأنَّ ذلك ناجمٌ عن الولادة، واضطرتُّ إلى ارتداء الجينز الأسود فقط بحيثُ أستطيع التَّبدِيلَ بسهولة بعدَ حصول السُّكس، فثيابُ الفتيات كانت كابوساً بالنسبة لي؛ وعندما اضطرُّ إلى لبس ثياب خاصة في المناسبات، أمشي بمرعة وأصلي كثيراً خوفاً من حدوث السُّكس.

حصل الشفاءُ بمعالجة واحدة، حيثُ لم أتعرَّضَ للسلس منذَ اليوم الأوَّل. وبعدَ تلك المعالجة، واصلتُ الدكتورة تشيرنوف معالجتني تجاه الأشياء الأساسية، ثمَّ عالجتني بالنسبة إلى الكلية، وتبيَّنَ أنَّ ذلك كان ماتباعاً رئيسياً لعافيتي. وقد كنتُ أرثدي نعالاً مضططسيةً في حذائي لأنَّني أعاني من التورم في كاحلي وركبتي.

وبعد المعالجة الثانية، لم بعد كاحلي يتورمان، ولكن ريلتي بقيتا متورمتين نوعاً ما، غير أنني كنت قادرة على ارتداء ملابس قصيرة مثيرة، ويبقى شعوري المثير حتى بعد منتصف الليل (أي لا يحدث التورم)؛ وهذا ما يجب أن أخبرك عنه أولاً. لقد كان كاحلي يتورمان منذ سنينات القرون الماضية، حيث كنت أكون الملائكة القصيرة في تلك الأيام. كنت قد عانيت طوال حياتي من الإمساك، وكنت في الواقع أعيش على المليتيات. ولذلك لم يكن البراز لدي صلباً أبداً، وتغيّلت تلك طريقة في الحياة. وأظهرت تنظير القولون Colonoscopy منذ 5 سنوات أن القولون لدي مثل قولون شخص بعمر 80 سنة (كان بإمكان الدكتور أن يقول على الأقل إنها امرأة عمرها 80 سنة)؛ وكنت حينئذ بعمر 45 سنة، ولا حاجة إلى القول بأن ذلك أخزنتني. لقد وجدت الدكتور تشيرونوف السبب الرئيسي، وعالجني، فتحول برازي إلى براز صلب منذ ذلك الحين وبشكل سحري. ولا زلت أتناول المليتيات، ولكنّها مليتيات عشبية فقط، ولم تعد لدي أية مشكلة.

عندما عالجني الدكتور تشيرونوف من الجراثيم العنقية والفطورية، كانت قادرة على تخليصني من التهاب القصبات المزمن، ولم أعذ أعاني من أية نزلات أو أنفلونزا؛ وبقيت أشعر طوال 25 ساعة تقريباً بعد المعالجة وكأنني خضعت لبضع الفص الجبهي Frontal lobotomy؛ وأخذت أتجول مثل من عانت له الحياة (الزومبي) Zombie. وكنت أشعر بقوة المعالجة بعد 25 ساعة، وشعرت بدفقة كبيرة من الطاقة.

شخص لدي عام 1977 نقص سكر الدم. وذكر لي الطبيب في ذلك الحين بأن حالتي هي أسوأ حالة شاهدها في حياته. وقد كان أعلى مستوى لسكر الدم لدي أقل من 100، وقد كنت أشعر بالصحة نوعاً ما عندما يبلغ سكر الدم لدي 90، ولكن تراجعت مستواه كان صعباً، وكنت متعبة دوماً؛ كما كان سكر الدم يتحكم ببصري، ولم أعذ أعرف متى سيستوي بصرى من جديد.

كانت العلاجتان الأخريتان ملامتين لهذه المشكلة؛ ورغم أن معالجة السكر الفطرية جعلتني أسوأ إلى أن زرت الدكتور تشيرونوف بعد أسبوع، لكن معالجة نقص سكر الدم الفطري لدي جذّنت بصلي بالطاقة والمتعة والتوازن؛ وأنا الآن أكل لأتني جائعة، وليس لأتني على وشك الانهيار. وأنا أجلس هنا للعمل على معالجة تحسّسي للملح، والمعالجة اللاحقة لي هي من الخبواب (أخيراً)؛ وليس لديك فكرة عن مدى اشتياقي إلى بلوغ هذه المرحلة.

شكراً لطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريدا، وشكراً للدكتور تشيرونوف، لأنها جذّنت حياتي؛ وأود أن أصرخ وأتقن بفضلك، إنها حقيقة. وأود أن أذكر أنني أعمل في شركة تأمين لتعويض العمال، وقد أحلت مؤخراً إحدى العمليات إلى الدكتور تشيرونوف بسبب اعتلال شديد في العصب الزندي Ulna neuropathy، فقد خضعت لراحة فاشلة جداً على نراعتها اليمنى بسبب ما وصفه الطبيب بأنه داء ما قبل الجذرة Pre-keloid disease.

لقد كانت تعاني من ندبة ضخامية Hypertrophic scar مؤلمة جداً، وتبحث عن بديل ما عن الجراحة للألم في ذراعها اليسرى؛ وقد أجرت الدكتوراة تشيرنوف جلستين من المعالجة، وتخلصت المريضة من الألم تماماً. وفي الواقع، منذ أن جلبت ألمها لروية الدكتوراة تشيرنوف، توقعت أن ذلك دليل على الرعاية الصحية البديلة. ويقرّ تعويض الصّال بالرعاية الصحية البديلة. ولأن، إذا أدركت شركة التأمين الصحي التي أعمل فيها الفائدة الصحية، عندها ستقدم نظام المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب اسمه د.ساد.

وسأضفي في إخبارك عن قصة أخرى، لأنها تحمل شكل المعجزة؛ فقد كان يُعاني خللي من ألم ظهري طوال 20 سنة، وكان يصل مُضغناً في شركة تأمين أيضاً وطياراً بحرياً سابقاً. ولما لروي لك ذلك لكي تفهم، خلافاً لي، بأنه ليس في "عصر جديد"، وقد لاحظت فرقاً كبيراً لدي، لكنه لا يزال غير متيقن. لقد كان ألمه مزبناً وشديداً، يطوق عموده الفقري الرقبى والصنزي والقطني.

لأجّمت المعالجة الأولى القلب، واختفى ألمه القطني بها؛ أما المعالجة الثانية فلأجّمت ألمه الصنزي والرقبي، واختفى هذا الألم تقريباً. ولم يكن يُزك قطعياً مستوى ألمه قبل المعالجة، بل كان يعرف أنه يشعر بالألم طوال الوقت وعليه أن يتعاش معهُ؛ ولم يعلم مقدار الألم الذي يلازمه إلا بعد المعالجة؛ فبعد يوم من القيادة لمدة 15 ساعة، ظهرت عليه علامات الانزعاج. وسألت قبة عما إذا كان ألمه عاد، فقال قليلاً؛ ثم سألته عن طبيعته السابقة. واكتشفت أنه عاش وعمل بمستوى معين من الألم.

شكراً لك دكتوراة تشيرنوفون لجليك طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد إلى حياتنا، وتجنيد حياتنا؛ وما زال لدينا ما نقوم به، لكنني لم أجد أي شيء يمثل هذه الجودة؛ إن ذلك ليس سحراً وليس شفاء بالإيمان Faith healing، بل مسألة معالجة وانتظار ومراقبة، إنه طب حقيقي.

التصلب المتعدد

شخص لي الأطباء في ولاية واشنطن الإصابة بالتصلب المتعدد Multiple sclerosis عام 1991، وقد تفاقمت هذه الحالة شيئاً فشيئاً، فتدهورت بمرور السنين مشيّي وكلامي وتفكيري إلى درجة فقدت معها الأمل في الإيمان بحصول أي تحسن أو توقف للمرض.

ذهبت من واشنطن إلى جنوبي كاليفورنيا للمعالجة من قبل الدكتورة ديفي؛ وقد خضعتُ حتى الآن لاثنتي عشرة معالجة على يديها خلال الأسابيع الثلاثة والنصف السابقة، ولاحظتُ تحسناً هاماً في مشيّي وكلامي وتفكيري.

إنّ المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبوربياد خالية من الألم، ولا تحتاج إلى أنوية، وقد سمحت لي بالمحافظة العقلية على توجهاتي التباتية. وكما تكرت سابقاً، لقد كان التحسن في مشيّي كبيراً، بحيث أستطيع الآن أن أمشي مسافة طويلة من دون مساعدة. ولقد كان كلامي قبل هذه المعالجات ضعيفاً ومشوشاً، ولكنني أستطيع الآن أن أتكلّم بوضوح من دون تلعثم، ما لم أكن متعبة جداً، كما أصبح تفكيري الذي كان مضطرباً أكثر صفاءً. هذا، ولقد خلّصتني هذه المعالجات من الأموية الموصوفة ومن تأثيراتها الجانبية المخيفة، والتي سببت لي الرعاش في يديّ وقنمي. إنّ المعالجات منحتني شيئاً ما لم يُعطني إياه المجتمع الطبي التقليدي؛ إنه الأمل بمستقبل أكثر بريقاً من دون ألم ولا دوية؛ وكلي أمل ألاّ يسوء التصلب المتعدد لديّ، وأن تتحسن صحتي.

يُنبغي أن أعود إلى بيتي في واشنطن هذا الأسبوع، وسأتابع المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبوربياد هناك. وأنا الآن بحالة جيّدة جداً، ولا أُرغب بالتوقف عن هذه المعالجات إلى أن أنهى العلاج بأكمله؛ وأشعر بأنني تحت السيطرة، ليس سيطرة التصلب المتعدد.

شكراً للدكتورة ديفي!!!

الحثل الانعكاسي

عندما كنت بعمر 9 سنوات، أصبت بآلم حاد في إصبع قدمي الصغير (الخنصر)، وشخص لي الأطباء وجود عدوى عظمية Bone infection، وأعطيت مضادات حيوية للعدوى المشتبهة؛ لكن بدلاً من أن يتحسن إصبع قدمي، ساءت الحالة أكثر فأكثر، وأصيب الالم والتورم الشديد قدمي وساقتي؛ وبعد ذلك مباشرة، حدث ألم والتهاب وتورم في كلتا يدي وذراعي حتى المرفقين، ولم أعد أستطيع النوم أو المشي؛ وأخيراً والدائي بأن ذلك ناجم عن فيروس كان منتشرًا، ولا يمكن السيطرة على العدوى، ولا بد من دخول المستشفى. وقد زارني سبعة اختصاصيين خلال 10 أيام، وكان التشخيص واحدًا: الحثل الانعكاسي Reflex dystrophy بسبب فيروس مجهول.

أخذني والدائي إلى الدكتور ديفي، فخفضت للوخز الإبري للخلود إلى النوم قليلاً قبل أخذني إلى المستشفى؛ وعند هذه المرحلة، كان علي أن أحمل حملًا، لعجزي عن المشي. تعقبت الدكتور ديفي المشكلة، وتوصلت إلى أنها بسبب تناول الليسيثين Lecithin في قضيب الغراتولا Granola bar الذي أكلته قبل 14 يومًا، لأنه كان الشيء الوحيد الذي لم يكن في نظامي الغذائي الاعتيادي، والذي قد راقبته بدقة كبيرة بسبب وجود الربو لدي. ولقد احتفظت بجزء من قضيب الغراتولا في حقيبتني المدرسية. وبما أنني لم أستسغ طفله، لم آكله كله. وقد علجنتي الدكتور ديفي من قضيب الغراتولا، وكانت المعالجة في الفترة الأولى من خلال والستي أو والدي كينولين، ثم من خلالي مباشرة. لقد استغرق الأمر نحو 30 جلسة علاجية كل ساعة تقريباً للسيطرة على حالتي المتقلبة. وبما أن جسدي لم يهدأ يتعرض لليستين في قضيب الغراتولا قسم، اختفت الأعراض تلمأ خلال ثلاثة أيام. والآن، صار عمري 24 سنة، ولم يهدأ أي أثر لتلك المشكلة.

يُؤدّي أي اضطراب في مرور السائل ضمن القنوات الهلالية، أو أية زيادة في السائل أو تورم في البطانة الحساسة، إلى اختلال آلية التوازن في الجسم، ممّا يقود إلى الدوخة أو التآرجح أو حتى الفقد الكامل للتوازن (السقوط أو عدم القدرة على الوقوف حسب شدة الاضطراب). وبالإضافة إلى الدوخة المديدة والشديدة، والتهاب القنوات الهلالية وتورمها تؤدّي متلازمة منيير Meniere's syndrome إلى أعراض، مثل الغثيان والقيء والصمم المؤقت وإلى الاختلاجات أحياناً. وينجم داء منيير غالباً عن حالات تحسسية تسبب التورم في القنوات الهلالية. ويُعدّ التحسس

الطعامي المهيج الرئيسي، مع أن المُستنشقات والرذاذ والأقمشة وغبار الطلع... إلخ يمكن أن تُسبب التورم والالتهاب أيضاً.

كانت امرأة عمرها 48 سنة تُعاني من داء منير، وتبين أن لديها تحسُّساً لقطتها الأليفة الغالية. كما كانت امرأة أخرى عمرها 58 سنة تشكو من المرض نفسه، ووجد أنها تتحسُّس للدخان الصادر عن سجائر زوجها. كما لوحظ أن امرأة عمرها 64 سنة تتحسُّس لقضبان الشوكولاته التي تأكلها مرتين يومياً. وقد شُفيت جميع هؤلاء المريضات من مرضهن بعد أن عولجن من العناصر المسؤولة.

لكن مريضة أخرى عمرها 67 سنة لم تكن مَحظوظة مثلهن، حيث لم تُحل مشاكلها بسهولة؛ وقد تبين أن لديها تحسُّساً لأطعمة وأقمشة وأغبرة ومُستنشقات مختلفة. وأثرت جميع هذه العناصر في تَوازُها. وأمكن تخليصها من جميع الحالات التحسُّسية المعروفة، لكن لا تزال تُعاني من خلل في تَوازُها؛ واكتُشف أن هوايتها كانت العناية بحديقة أزهارها، وأن لديها تحسُّساً لرائحة الأزهار. وبعد معالجتها من رائحة الزهور، تحسَّنت حالتها في نهاية المطاف.

الألم العَصَبِي Neuralgia مرض آخر في الجهاز العصبي، ينجم غالباً عن التحسُّس؛ وقد يحصل في أيِّ جزء من الجسم، لكن من الأرجح أن يُصيب الرأس والرقبة والكتفين؛ وهو يصيب كثيراً المرضى الذين يُعانون من مظاهر تحسُّسية أخرى، مثل الإكزيمة أو الشقيقة التحسُّسية أو التحسُّس الهضمي. ونتيجة للتشنج التحسُّسي، يمكن أن يكون الألم بسبب تورم أو حجب الأعصاب. كما أن الودمة الوعائية العَصَبِيَّة Angioneurotic edema يمكن أن تكون مسؤولة في بعض الحالات.

عانت امرأة في متوسط العمر من ألم عَصَبِي شديد في الكتف اليميني والرقبة والورك اليميني والساق، وكان ذلك مُتصاحباً بضداع شديد وخمول وتُعاس بسبب الحالات التحسُّسية الطعامية. هذا، ويُعاني الكثير من المرضى من أوجاع شديدة في الجسم ومن تيبس الرقبة عندما يأكلون اللوبياء. وقد كانت سيِّدة عمرها 34 سنة تُعاني من ألم عَصَبِي في كامل الجهة اليميني من الجسم بعد أن تأكل لوبياء الغربانزو garbanzo beans في السَّلطة.

يُصاب الكثيرُ من المرضى بالآلم العَصَبِي نتيجة التحسُّس لبعض الجراثيم والفيروسات؛ وقد كان ذلك هو ما حصل لسبع من النساء وثلاثة من الذكور من أعمارٍ مختلفة، حيث أُصيبوا بالحلأ النطاقي (الدُّونا) Shingles (الذي ينجم عن فيروس)؛ وقد كانوا جميعاً متحسِّسين لفيروس الحلأ النطاقي، وتحسَّن الآلم العَصَبِي لديهم بمجرد معالجتهم وتخلُّصهم من الفيروسات المسبِّبة.

يُعَدُّ الصَّرْعُ Epilepsy أحدَ الأمراض غير المفسَّرة في الجهازِ العَصَبِي، حيث يُمارس التحسُّسُ دوراً كبيراً فيه. وقد كان لدينا العديدُ من حالات الصَّرْع، وجميعها كانت من منشأ تحسُّسي. وعندما عولجت من التحسُّس، توقَّفَ حدوثُ النوباتِ الصرعية في جميع هذه الحالات. ولكن ليست جميع الاضطرابات النوبية Seizure disorders أو النوبات الصرعية هي بسبب التحسُّس، غير أنَّه إذا لم تُكتشف أسبابُ أخرى، يجب التفكير بالتحسُّس كسبب محتمل.

لقد وُجدَ التحسُّسُ لنخلة الخرنوب (السَّنط) New acacia palm tree التي زرعها رجلٌ عمره 67 سنة في فناء البيت الخلفي، وأدَّى هذا التحسُّسُ إلى نوباتٍ صرعيةٍ متكرِّرة عند وقوفه في ذلك الفناء. كما كانت طفلةٌ عمرها 3 سنوات متحسِّسةً لبياض البيض (الآح)، ممَّا أدَّى إلى نوباتٍ صرعيةٍ لديها عند أكل البيض. وكان ولدٌ مُراهقٌ يُعاني من نوباتٍ صرعيةٍ مرَّةً كلَّ أسبوعين في ليلة الأحد؛ فمرَّةً كلَّ أحدَين، كان يذهب إلى الشاطئ مع والده، ويأكل نقانق مقلية، وتبيَّن أنَّ لديه تحسُّساً للخردل الموجود على النقانق المقلية. وتبيَّن أنَّ لدى مُراهقٍ آخر تحسُّساً للتفاح، ممَّا أدَّى إلى نوباتٍ صرعيةٍ، وكان يحصل مثل ذلك لدى ولدٍ آخر عندما يأكل الشوكولاته.

يُعَدُّ الشَّلَلُ المؤقتُ Temporary paralysis مَرَضاً آخر يُصيب الجهازِ العَصَبِي؛ وتكون النوبات التحسُّسية قوية جداً في أحيان كثيرة، بحيث يحصل شلُّلٌ في جزءٍ مُعيَّن من الجسم؛ وتختفي هذه الأعراضُ بعد فترةٍ قصيرة؛ ولكن، عندما يكون العاملُ المسبِّبُ تحسُّساً للطعام، يمكن أن تدوم فترةٌ طويلةٌ إلى حين العثور على العنصر الغذائي المسبِّب ومُعالجته.

التَّصَلُّبُ المتعدّد

قد يَكونُ التَّصَلُّبُ المتعدّد Multiple sclerosis مرتبطاً بالتَّحسُّس؛ وحينئذٍ، تُكونُ المعالجةُ بطرائقٍ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد.

عانتَ وندا Wanda، البالغة من العمر 36 من التَّصَلُّبِ المتعدّد طوالَ 12 سنة ماضية؛ وقد بدأت الأعراضُ لديها بعدَ ولادة طفلها بعملية قيصريّة، وقد حُقِنَتْ خلال الولادة بمخدّر نُخاعي Spinal anesthesia؛ وتبيّن أن لديها تحسُّساً شديداً للمخدّر النخاعي الذي حُقِنَتْ منذُ 12 سنة، وتَحسَّنت الأعراضُ لديها عندما تَخَلَّصَتْ مِنَ التَّحسُّسِ للمخدّر.

كانت جوليا Julia، البالغة من العمر 26 سنة، تُعاني من التَّصَلُّبِ المتعدّد طوالَ السَّنَوات الخمس الماضية؛ وعندما جاءت إلى عيادتنا، لم تكن قادرةً على المشي من دون مُساعدة، كما كانت شبه عمياء في عينيها. لقد كانت غرسَة الثديي السيليكونيّة Silicone breast implant هي السَّبب؛ وعندما تَخَلَّصَتْ مِنَ التحسُّس للغرسَة السيليكونيّة، تحسَّنت أعراضُها، واستعادت بصرها، وأصبحت ثابتة الخطى على قدميها، وقادرةً على اجتياز اختبار رُخصة القيادة والقيادة من جديد.

شخصَ لكريستال Crystal، البالغة من العمر 24 سنة، إصابتها بالتَّصَلُّبِ المُتَعَدِّد. وكانت أعراضُ هذا المرض غموضيّة لديها: خدرٌ في اليدين، صداع متكرّر، فَقْدُ القوّة في كلتا الذراعين، تَعَبٌ شديد، رجفان، ضَعْفُ الطرفين السفليين... إلخ. وقد كانت تعتمد على نظامٍ غذائيٍّ لإنقاصِ الوَزن على مدى 6 شهور عندما بدأت الأعراضُ لديها.

لقد اكتشفنا أن لديها تحسُّساً شديداً للمُحَلِّيات الاصطناعيّة؛ فقد كانت تستهلك من خلال برنامجٍ إنقاصِ الوَزن الكثيرَ من المُحَلِّيات الاصطناعيّة. وعندما عُولِجَتْ بطرائقٍ إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد تجاه المُحَلِّيات الاصطناعيّة، اختفّت هذه الأعراض.

تُعَدُّ الحِكْمَةُ من الأعراض التي تحصل في أحيان كثيرة بسبب التحسُّس للأطعمة أو الأقمشة أو المواد الكيميائية؛ وهي تنجم عن استجابة تحسُّسية تحصل في الأعصاب التي تكون تحت سطح الجلد مباشرة.

جاءت امرأة عمرها 69 سنة في يوم من الأيام شاكية من حكة معممة في كامل جسمها؛ وأظهرت قصتها أنها عانت من هذه الحكة طوال حياتها، لكنها اشتدت في آخر 22 سنة؛ وقد أخبرها العديد من اختصاصي التحسس بأن لديها تحسساً تجاه جميع العناصر الغذائية والبيئية والأقمشة التي اختبرت لها. وقد كان لديها طفحٌ ودمايل من مختلف الأحجام فوق كامل جسمها، وبلغ وزنها نحو 30 كغ، وطول قامتها 165 سم، وكانت سيئة التغذية جداً. وعند فحصها في عيادتنا، تبين أن لديها تحسساً لكل شيء، بما في ذلك جميع الأطعمة والأقمشة والمواد البيئية. كما أظهرت قصتها المرضية أنها أصيبت بالسعال الديكي Whooping cough بدرجة شديدة عندما كانت طفلة، وكان والدها وجدّها بصحة جيدة وماتا بعمر متقدم، ولا تذكر أية قصة لحالات تحسسية وراثية في أقاربها الأبعدين.

لقد اختبرت ووجد أن لديها تحسساً شديداً لجرثومة البورديتيلة الشاهوقية Bordetella pertussis bacteria، وعولجت بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد منها. وبعد أن أكملت المعالجة بنجاح تجاه الشاهوق، قلت الحكة لديها بشكل ملحوظ، ولم تعد تتفاعل تجاه معظم العناصر الغذائية؛ وبدأت تأكل بشكل طبيعي، وأصبحت قادرة على تمثيل طعامها من دون أية حكة. ولربما بدأت الحكة لديها عندما سُدَّت مسالك الطاقة في جسمها حين حدوث السعال الديكي في طفولتها.

يُمثل الأرق عَرَضاً آخر من أعراض التحسس في الجهاز العصبي. وقد كانت فتاة عمرها 26 سنة تُعاني من أرق شديد. وهذا ما جعلها مستيقظة طوال الليل، في حين كان زوجها يغط في نوم عميق. وقد اعتادت على شرب كأس من الحليب وأكل موزة في الليل، وتبين أنها متحسسة لكليهما، وهذا ما سبب الأرق لديها.

كما عانت مريضة أخرى، عمرها 65 سنة، من الأرق طوال 35 سنة؛ وعند استجوابها، تبين أنها كانت متحسسة للفيامين C؛ فقد كانت تأكل ثفاحة أو موزة أو برتقالة كل ليلة قبل الذهاب إلى السرير، وأدّى تحسسها هذا إلى إبقائها مستيقظة طوال الليل تقريباً.

وكانت امرأة أخرى تأكل السمك كل ليلة على العشاء، وتُعاني من أرق شديد. وعندما توقفت عن أكل السمك، أصبحت قادرة على النوم بسلام ليلاً.

هذا، ولا يزال ميدانُ تحسُّس الجهاز العصبي قيدَ الدراسة، ولم يُستكشفَ بشكلٍ كافٍ بالمقارنة مع الفروع الأخرى للأعراض التحسسية، مثل صداع الشقيقة وتحسُّس الجهاز الهضمي... إلخ؛ فإذا قمنا بأبحاث كافية وعمل استكشافي في هذا الحقل، سوف نكون قادرين - بلا شك - على إرجاع سبب الكثير من الاضطرابات النفسية والانفعالية إلى المشاكل المتعلقة بالتحسُّس. واستناداً إلى الطبِّ الصِّيني، عندَ وجود عائق أو انسداد في خطوط الكبد والمعدة والكلية، قد تحصل اضطرابات في الجهاز العصبي واضطرابات نفسية.

كان الربو وحُمى الكَلأ والشرى تُعدُّ من منشأ عصبي طوال سنين كثيرة؛ أمَّا الآن فقد باتَ من المعروف أنَّ هذه الأمراض ناجمة عن المُستأرجات Allergens. ويمكن أن يؤدي الانزعاج النَّفسي إلى نوبة تحسسية عند فردٍ مُتَحسِّس أصلاً، لكن من المُشكوك فيه ما إذا كان ذلك يحصل في غياب الاستعداد التحسسي؛ غير أنَّ الأعراض العصبية أو النَّفسية قد تكون واضحة تماماً، ويمكن أن يبدو العَرَضُ التحسسي بسيطاً جداً بحيث لا تكون العلاقة بينهما واضحة. ومن المعلوم أنَّ الإخفاق في رَصْد هذه العلاقة هو ما عليه الحال لدى عدد من الأطباء النَّفسيين الذين يَنسبون جميعَ هذه الأعراض إلى الاضطرابات العقلية، ويندر أن يضعوا احتمالَ مساهمة التحسُّس فيها أيضاً.

لقد كانَ هذا هو ما عليه الحالُ عندَ امرأةٍ عمرها 46 سنة، إذا كانت تحاول الانتحارَ بينَ الفينة والأخرى (دورياً)؛ وقد كانت صديقاتها قلقات من سلوكها، ويرافقنها دائماً. وفي إحدى الحفلات، أصيبت بتوعكٍ شديدٍ وصداعٍ مُبرِّحٍ، وبدأت تتحدَّث عن الانتحار ثانية. ورفضت الذهابَ إلى طبيِّبها، لكنَّ صديقاتها (وبعضهن عولجنَ من التحسُّس بِطرائقٍ إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد) أرغمنها على الذهابِ إلى عيادتنا.

أظهرت قصتها المرضية أنَّ الصُّداعَ كان يبدأ لديها قبل الوجبات، فاختُبرت تجاه أطعمة مختلفة؛ وتذكَّرت إحدى صديقاتها جَلَبَ جزءٍ صغيرٍ من الأطعمة التي أكلتها في الحفلة؛ وتبيَّن أنَّ لديها تحسُّساً لنحو سبعة أطعمة من الأطعمة العشرة التي أكلتها، وقد أثر أحدها في دماغها. هذا، وعولجت المرأة تجاه هذا العنصر الغذائي، فشفيَت من الصُّداع خلال 15 دقيقة، ولم تُعد تعاني من المزيد من

الصُّدَاع. لقد كانت تخضع للرعاية النَّفسِيَّة طَوَالَ 10 سنوات؛ كما كانت تُدخَل إلى المَصْحَة لفترة من الوقت ثُمَّ تُطلَق منها، مع بقائها تحت المراقبة لمدة أسبوع. ولم تستطع أن تحافظ على عمل (مهنة) ما، أو تحيا حياةً طَبِيعِيَّة. ولكن بعد أن عُولِجَت من الحنْطَة والسَّكَّر والحَلِيب والْبَيَض والْفَيْتَامِين C واللَّحْم، بدأت تمارس سُلُوكاً طَبِيعِيّاً. وبعْدَ شَهرين من زيارتها الأولى لعيادتنا، صارت قادِرةً على العمل بدوامٍ جُرْئِي، وتغيَّر ذلك إلى دوامٍ كاملٍ في نهاية المطاف. لقد أصبحت تذهب إلى الطَّبِيب مرةً في الشَّهر، وواصلت حياتها الطَبِيعِيَّة.

وهناك حالةٌ أخرى، وهي حالة تلميذ في المدرسة طُرِدَ من ثلاث مَدارس، ووُصِمَ بأنَّه غير قابلٍ للإصلاح. لقد كان يُعاني من التهابٍ شديدٍ في الجُيُوب ومن حمَّى الكَلأ، لكنَّ ذلك لم يُؤخِّد بعين الاعتبار إلى أن أتى إلى عيادتنا، وتبيَّن أنَّه كان مُتَحَسِّساً لعناصرٍ طَعَامِيَّة وموادٍ وأغيرةٍ مختلفة. وقد عُولِجَ تجاه جميع هذه الأشياء، واحداً فواحداً؛ وبعد أن تَخَلَّصَ من التحسُّس لها، تغيَّر وضعه وتربَّيه بالكامل، وتحسَّنَ مستواه في المدرسة، وأصبح طالباً حسنَ السُّلُوك بكلِّ المقاييس.

أَصِيبَ وَلَدٌ صَغِيرٌ آخَرٌ بِتَعَوُّقٍ عَقْلِيٍّ وهو بعمر السَّنَتَيْن، بعد أن أُعْطِيَ مضادَّاتٍ حيويَّةً مختلفةً للسيطرة على الحمَّى التي أصابته في ذلك الحين، والتي دامت شهرين. وفي عمر 9 سنوات، لم يُعَدَّ يستطيع أن يتكلَّم أو حتَّى يَسْتَجِيب بشكلٍ مناسب. وقد عُولِجَ من مختلف الحالات التحسُّسية الطَعَامِيَّة وتجاه المضادَّات الحيويَّة التي أُعْطِيت لها في الطفولة. وفي نهاية المعالجة تجاه المضادَّات الحيويَّة، بدأ الولدُ يطرح الأسئلة، ويدخل في المناقشات، ويَسْتَجِيب بشكلٍ ملائمٍ للأسئلة. ووُجِدَ أنَّ لديه عَوَراً شديداً للفيْتامين B المركَّب. وساعدت مستحضراتُ الفيْتامين B المركَّب بجرعات كبيرة على تغيُّر شخصيته نحو الحالة الطَبِيعِيَّة.

تُظْهَرُ الإحصائياتُ أنَّ 8 ملايين طفل في الولايات المتحدة يُعانون من شكلٍ ما من الاضطراب العَقْلِي، وأنَّ 1.4 مليون طفل يدخلون المُسْتَشْفَيَات للرَّعاية النَّفسِيَّة سنوياً في هذا البلد؛ فهل هذه الاضطرابات ناجمة عن التحسُّس للطعام؟ إنَّ أعراضَ التمرُّد والتجهم والتهيج والعصبيَّة المُفْرِطَة توجد كثيراً عند الأطفال المتحسِّسين، وحتَّى عند البالغين.

يُعدُّ اضطرابُ نقصِ الانتباهِ Attention deficit disorder واضطراباتُ فرطِ النشاطِ Hyperactivity disorders من الأشكال الأخرى لتحسُّسِ الجهازِ العصبي؛ فأيُّ مُستأرجِ Allergen يؤثرُ في الدماغ والجهاز العصبي يمكن أن يؤدي إلى فرطِ النشاط عند الأطفال والبالغين. وقد تؤدي الأطعمة والأقمشة والمواد والعناصر البيئية ولقاحات الأطفال ولسعات الحشرات والحيوانات والأشخاص إلى هذا النمط من التحسُّس (الأرجية). هذا، وقد كان صبيُّ عمره 8 سنوات ذكياً جداً، لكنّه لا يستطيع التركيز على أيِّ شيء. وكان مُتَحَسِّساً لأطعمة مختلفة، وعولج تجاه جميع الحالات التَّحسُّسية الطَّعامية المعروفة تقريباً؛ فَتَحَسَّنَ من حمى الكلاّ والتحسُّس الأنفي... إلخ، لكنَّ فرطَ النشاط لديه لم يَتَحَسَّن. وأخيراً، تبيَّنَ أنّه كان مُتَحَسِّساً تجاه أمّه وأبيه وجدّيه وكلِّه الأليف؛ فعولج تجاه كلِّ منهم. وعندما أُنْهِيَ المعالجات تجاه أفراد عائلته، زالَ عنه التَّمَلُّلُ وفرطُ النشاط. وبما أنّه أصبحَ هادئاً، تَحَسَّنَ أدأؤه المدرسي.

إنَّ الأطفال المُصابين بفرطِ النشاط والتمرد قد يكون لديهم حالات تحسُّسية تجاه ما حولهم، وليس تجاه الأطعمة. وعندما يُتَرَكُون من دون مُعالجة، تَـسوءُ أمورهم، وقد يكون ذلك أحدَ الأسباب التي تَدفعُ الأطفال نحو المخدِّرات والكحول بحثاً عن التخلص من تأثيرات عَوائِق الطَّاقة الناجمة عن التحسُّس.

إذا ما اختبِرَ الأزواج والزَّوجات، وعولجوا من الحالات التَّحسُّسية (الأرجيات) تجاه بعضهم البعض، وإذا ما اختبِرَت الأمهات والأطفال والآباء والأطفال وعولجوا من الحالات التَّحسُّسية، عندئذ ستُكون هناك زيجات أكثر متانةً ودَيِّمومة، وستقلُّ حالات الطلاق، ويكون الأطفال أصحَّاء نفسياً ومستقرِّين، كما سيُكون المواطنون أكثرَ إنتاجيةً؛ وستنخفض معدَّلات الجريمة، ويقلُّ عددُ النازلين في المصحَّات العقليَّة، وستنقص معدَّلات العُيوب الخلقيَّة وسيقلُّ التخلف العقلي والمرَض بوجه عام، وسيعمُّ السَّلامُ العالمَ.

كما يمكن أن يُؤثِّرَ الماءُ الملوَّث في الجهازِ العصبي؛ وهذا ما كانت عليه الحال عند اختصاصية نفسيَّة عمرها 48 سنة، حيث كانت تشعر بتَشوُّش عقلي وخمول وتعبٍ مُفرطٍ وبعدم استمتاع بأيِّ شيء، وأصبحت عاجزةً في نهاية المطاف. وقد

شَخَصَ مختلفُ الأطباءِ لها عَدَوَى المَبِيضَاتِ Candida infection وفَيروسُ إِبِشتاينِ بار Epstein-Barr virus ومُتلازِمَةُ التَّعَبِ المزْمِنِ... إلخ. ولم يكن أحدٌ يَشْكُ بِأَيِّ تَحَسُّسٍ إِلَّا بَعْدَ 8 سنواتٍ مِنَ التَّنَقُّلِ بَيْنَ العِيَادَاتِ الطَّبِيَّةِ والمستشفياتِ المختلفةِ، حَيْثُ تَبَيَّنَ أَنَّ لَدَيْهَا تَحَسُّساً لِعَنَاصِرِ طَعَامِيَّةٍ وَمَوَادِّ بَيْئَةٍ مُخْتَلِفَةٍ؛ وَبَدَأَتْ تَشْعُرُ بِالتَّحَسُّنِ بَعْدَ مُعَالَجَتِهَا مِنَ التَّحَسُّسِ، لَكِنَّهَا ظَلَّتْ تُعَانِي مِنَ التَّشَوُّشِ العَقْلِيِّ وَالتَّخْلِيطِ. وَبِمَجَرَّدِ مُعَالَجَتِهَا تَجَاهَ مَصْدَرِ مَاءِ الحَنْفِيَّةِ وَمَاءِ الشُّرْبِ المُنَقَّى (المُفَلْتَرِ)، زَالَ هَذَا التَّشَوُّشُ العَقْلِيُّ وَعَادَتْ إِلَيْهَا صِحَّتُهَا النَّفْسِيَّةُ.

كَانَتْ امْرَأَةً عَمْرُهَا 46 سَنَةً تُحَاوِلُ الانْتِحَارَ بَيْنَ الْفَيَنَةِ وَالْأُخْرَى (دَوْرِيًّا)، لِذَلِكَ كَانَتْ صَدِيقَاتُهَا يَرِافِقْنَهَا دَائِمًا؛ كَمَا كَانَتْ تَخْضَعُ لِلْمَشُورَةِ النَّفْسِيَّةِ طَوَالَ سَنَةٍ وَنِصْفٍ، وَقَرَّرَتْ هِيَ نَفْسَهَا تَرْكَ جُلُوسَاتِ الْمَشُورَةِ، قَائِلَةً بِأَنَّهَا لَمْ تَقْدَمْ لَهَا شَيْئًا. وَعِنْدَمَا قُبِمَتْ فِي عِيَادَتِنَا، وَجَدْنَا أَنَّ لَدَيْهَا تَحَسُّسًا لِمُخْتَلَفِ الْعَنَاصِرِ الطَّعَامِيَّةِ، وَقَدْ أَثَّرَ ذَلِكَ كُلُّهُ فِي دِمَاغِهَا، مِمَّا أَدَّى إِلَى مَيُولِهَا الْإِنْتِحَارِيَّةِ. وَلَكِنْ بَعْدَ أَنْ انْتَهَتْ بِنَجَاحٍ مِنْ مُعَالَجَةِ جَمِيعِ الْحَالَاتِ التَّحَسُّسِيَّةِ لَدَيْهَا، عَادَتْ طَبِيعِيَّةً تَمَامًا.

لَدَيْنَا مِثَالُ حَالَاتِ التَّحَسُّسِ الْمُؤَثِّرَةِ فِي الْجِهَازِ الْعَصَبِيِّ. وَفِي جَمِيعِ الْحَالَاتِ تَقْرِيبًا، تَبَدَّلَ الْمَرْضَى مِنْ أَفْرَادٍ شَدِيدِي التَّوَثُّرِ وَالْخَوْفِ غَيْرِ مُسْتَقَرِّينَ نَفْسِيًّا إِلَى أَشْخَاصٍ أَسْوِيَاءٍ هَادِئِينَ مُطْمَئِنِّينَ؛ وَفِي كُلِّ يَوْمٍ، تَزْدَادُ مَعْرِفَتُنَا بِالتَّحَسُّسِ فِي الْجِهَازِ الْعَصَبِيِّ، وَمِنَ الْمَأْمُولِ أَنْ يَحْمَلَ الْمُسْتَقْبَلُ الْمَزِيدَ مِنَ الْمُكْتَشَفَاتِ الْمُثِيرَةِ. وَلَكِنْ مَعْرِفَتُنَا الرَّاهِنَةُ جَاءَتْ بِخَيْرٍ كَبِيرٍ لِلْمَرْضَى الَّذِينَ يُعَانُونَ مِنْ هَذَا التَّمَطِّ مِنَ التَّحَسُّسِ.

الفصل الثاني والعشرون

حالات تحسسية (أرجيات) متنوعة

تحصل العديد من الحوادث نتيجة للحالات التحسسية الدماغية؛ فعندما تُؤثّر المُستأرجات Allergens في دماغ الشخص أو أي جزء من الجسم، يُصاب الجسم والعقل بالضعف؛ وقد يخسر الشخص السيطرة والتحكم، مما يمكن أن يؤدي إلى وقوع الحوادث.

ذهب رجلٌ عمره 42 سنة إلى مخزن للأطعمة الصحية لشراء بعض زيت اللوز Almond oil الذي اقترحه اختصاصي التغذية لمعالجته من جفاف الجلد؛ وخرج إلى سيارته المتوقفة في موقف السيارات ومعه زجاجة من الزيت في يديه، ووضع الزجاجة على مقدمة السيارة، وفتح الباب، ودخل السيارة مُحضراً نفسه للقيادة؛ لكن زوجته التي كانت في السيارة ذكرته بأن يأخذ الزجاجة من مقدمة السيارة، فأخذها بهدوء ووضعها قرب عصا القيادة، وبدأ بتحريك السيارة.

وبدلاً من الاستدارة إلى اليمين للخروج من مركز التسوق، استدار إلى اليسار لينتهي به الأمر في طريق مسدود؛ وكانت تلك أرضاً مألوفة بالنسبة له، ورغم ذلك أخطأ؛ فذكرته زوجته بهدوء بخطأه، وأطاعها بصمت ومن دون أي جدال خلافاً لعاداته؛ ثم استدار إلى اليمين نحو شارع وحيد الاتجاه سالكاً الطريق الخاطئ، وكاد يصدم سيارة أخرى، فصرخت زوجته من الخوف. وقبل أن يمضي أكثر من ذلك، ارتكب أربعة أخطاء أخرى في القيادة، مما جعل زوجته في حالة شديدة من الشك؛ فحتى لو كان يقود وهو بحالة من التوتر، ما كان عليه أن يرتكب هذه الأخطاء الكثيرة، ولذلك عرفت أن شيئاً ما خاطئاً لديه، واشتبهت على الفور بزيوت اللوز كسبب لسُلوكه الغريب، فرمت الزجاجة نحو المقعد الخلفي خلال قيادته. وعندما وصلا المنزل، اختبر ووجد أن لديه تحسساً لزيت اللوز. لقد كان خطأ الكبد والدماغ مسدودين بسبب التحسس لزيت اللوز، وهذا ما كان السبب

في ذلك السلوك المرتبك وغير الواعي! وعند استجوابه أكثر، قال بأنه قد شعر بأنه كان في متاهة، ولا يتذكر إلا صيحات زوجته المتكررة عندما كان يقود السيارة إلى البيت، غير أنه لا يتذكر كل حماقته في القيادة؛ فلقد كان لزيت اللوز مثل هذا التأثير الشديد فيه.

التحسسُ الدماغي

كم من الحوادث رأيت في الطريق، وكم منها هو بسبب هذه الأنواع من الحالات التحسسية (الأرجيات) الدماغية Brain allergies؟ يمكن أن يكون السائق متحسّساً أية مادة في السيارة: المقاعد، العجلات، الأبواب، الأقمشة، القبار، الأبخرة، الملوثات... إلخ، حيث يمكن أن تؤثر في الطريقة التي يشعر بها؛ وإذا ما حصل تفاعل تحسسي في الدماغ، قد يتفاعل بشكل غير متوقع ويحصل الحادث.

الإدمان

السكر، النشويات، الكحول، القهوة، الشوكولاته، الكافيين، التدخين/النيكوتين، التبغ، المخدرات والناس)

نحنم القديد من حالات الإدمان عن التحسس، كما أن إدمان الكحول والسكر والقهوة والنشويات والنيكوتين (تبغ التدخين) والمخدرات ينجم عن نواقص تغذوية مختلفة، ويتسبب عوز (نقص) المغذيات عن الحالات التحسسية عادة.

يُعدُّ الفيتامين B المركب غذاء الأعصاب؛ فمن دون طعام، لا يمكن للأعصاب أن تقوم بوظيفتها بشكل طبيعي. إن فيتامينات المركب B جزئيات كبيرة تتطلب موازنة السكر للتحرك من منطقة إلى أخرى داخل الجسم. وتعتمد معظم الوظائف الإنزيمية Enzymatic functions في الجسم على وجود فيتامينات المركب B. ويمكن أن يؤدي التحسس لهذه الفيتامينات أو السكاكر إلى ضعف امتصاص المغذيات الحيوية اللازمة للوظائف الإنزيمية الصحيحة في الجسم. وفي غياب المغذيات المناسبة، تُنتج إنزيمات غير مكتملة. ولا تقوم هذه الإنزيمات الناقصة بوظيفتها بشكل صحيح، مما يؤدي إلى أعراض تحسسية مختلفة؛ وهذا هو المبرر في

السُّكَّرُ والوجعُ البدني المنتشر

كانت جذّة في الأربعينات من عمرها تعاني من ألم بدني منتشر ومستمر. وكلّ وزنها زائداً وكانت مغتلاة على أهل وشرب المشروبات القليلة بالسُّكَّر. وقد زال ألمها تماماً بعد أن تخلّصت من الشخص السُّكَّر.

تُركّز برنامج المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد على أهمية معالجة الأشياء الأساسية قبل معالجة أية حالات تحسُّسية أخرى؛ والأساسيات في طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد هي المغذيات الأساسية اللازمة في الجسم للمساعدة على إنتاج الإنزيمات الطبيعية الخاصة بالوظائف المناسبة في الجسم. وفي الواقع، يُمثّل ذلك سرّاً برنامجنا الناجح بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، ليس في إزالة التحسُّس بشكل دائم فقط، وإنما في التخلُّص من الاضطرابات الصحية المُستعصية المختلفة مثل اضطراب نقص الانتباه واضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط والذاتوية (الانطواء على الذات) Autism والتصلُّب المتعدد والتصلُّب الجانبي الضموري Amyolateral sclerosis والتهاب المفاصل والأوجاع والآلام... إلخ. ويجب أن يُعالج ممارسو طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد التحسُّس لفيتامينات المركَّب B والسُّكَّار قبل معالجة الإدمان مهما كان نوعه؛ وبذلك تكون رحلة المريض عبر المعالجة الخاصة بالإدمان رحلة سعيدة.

إدمان السُّكَّر

يجب أن نعترف بأن معظمنا لديه ولَعّ بالسُّكَّر (ضرس حلو). كما أن نمط حياتنا يساعد على إرضاء ولعنا بالسُّكَّر بكل طريقة ممكنة. لقد استعمل السُّكَّر، لا سيّما بأشكاله المكرّرة، في الكثير من الأطعمة اليومية في جميع الثقافات؛ والحلوى هي ذات طبيعة إدمانية؛ وينطبق ذلك على الأطعمة التي تحتوي على السُّكَّر، مثل الشوكولاته والحلوى والحلويات والمعجنات والمشروبات السكرية. وينبغي أن يحصل الجسم على السُّكَّر للحفاظ على إمداد خلاياه ووظائفها بالطاقة، ولكن يجب أن لا يُؤكل السُّكَّر بشكل سكرور مكرّر Refined sucrose. ويستطيع الدّم الحصول على الغلوكوز من خلال الهضم والتحويل

الإنزيمي من المصادر الأخرى، حيث يمكن أن يتحوّل كلٌّ من الفركتوز Fructose في الفواكه واللاكتوز Lactose في الحليب إلى غلوكوز؛ كما أن النشا في الحبوب والبطاطا والبقول والخضار هي سلاسل طويلة من وحدات الغلوكوز، والتي تتحوّل إلى غلوكوز في سياق عملية الهضم.

لكن عندما تكون مُحسّساً للسكر، لا تستطيع هضم أو تمثّل الكربوهيدرات (السكريات) المعقّدة؛ كما أن السكر المكرّر يستطيع أن يتخطّى بضع خطوات من الهضم بحيث يدخل الدّم بسرعة؛ ويرضى الدماغ، الذي يبحث عن بعض السكر للطاقة، مؤقتاً ويزداد المستوى العام للطاقة لديك؛ لذلك، تستمرّ بأكل الطعام نفسه مراراً وتكراراً للمحافظة على مستوى الطاقة لديك مرتفعاً، ممّا يجعلك تُدمن على السكر والأطعمة المحتوية عليه.

يمكن اختبار إدمان السكر والكربوهيدرات ومعالجته بشكل فعال جداً من خلال طرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد. وعندما يُزال التحسّس، تفقد شراحتك نحو السكر عادةً، وتتوقّف عن فرط استعماله.

ينبغي تطبيقّ المعالجات الأربع الأساسية لطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد قبل معالجة السكر. هذا، وقد كانت ساندرا البالغة من العمر 28 سنة تُعاني من شره فطائر التفاح والحلويات والمثلجات وقضبان السّوس، ولم تكن تستطيع إرضاء ولعها بالسكريات مهما أكلت منها؛ وإذا لم تأكل الحلويات باستمرار، تُصبح مزاجيةً ومتهيّجةً وغاضبةً، ولا تعير انتباهاً لأكل الأطعمة الأخرى، ومع ذلك لم تكن زائدة الوزن.

لقد بدأت تغيّرات شخصيتها، في غياب السّكاكر، تؤثر في عملها في قسم المبيعات. وعندما أصبح عملها مهدّداً، بدأت تبحث عن المساعدة، وتناولت الأدوية الموصوفة آملّة أن تحدّ من إدمانها على السكر. وحينما لم تستفد من ذلك، جرّبت بعض المنتّجات العشبية الطّبيعية لإرضاء شرهها، والتحقّت بمجموعة الأكلة المجهولين، وأصبحت تحضر المعالجات الجماعية، وعُولجت من قبل اختصاصي بالتّنويم Hypnotherapist، وأخذت تسمع لأشرطة الاسترخاء التي قدّمها لها اختصاصي التّنويم وتدرّب بشكلٍ منتظم وتأكل الأطعمة

الصحية. لكن كل ذلك لم يندُ ذا فائدة، حيث كان عليها أن تحمل قضبان الحلويات معها أينما كانت وحيثما ذهبت، وأن تأكلها بشكلٍ مُنَظَّم للمُحافظة على صَفاءِ مزاجها.

وكانت إحدَى صَدِيقَاتِها في الطفولة، وهي الآن طَبِيبَةٌ في ولاية أخرى، في البَلَدَةِ لحضور إحدى جلسَاتِنا التَّدْرِيبِيَّةِ، وزارت ساندرا وأخبرتها عن طَرِيقِ إزالة التحسُّس بحسب نامودرياد، فاتصلت ساندرا بعيادتنا في اليوم التالي وبدأت المعالجة؛ وتبيَّن أن لديها تحسُّساً شديداً للمجموعات التسع الأولى من المُستأرجات Allergens في القائمة الأساسية (مَزِيج البيض، مَزِيج الكالسيوم، مَزِيج الفيتامين C، مَزِيج المركَّب B، مَزِيج السكر، مَزِيج الحديد، مَزِيج الفيتامين A، مَزِيج المعادن، مَزِيج الملح). وقد عولجت تجاه سبعة منها على الترتيب، وأظهرت تفاعلاً شديداً تجاه مجموعة السكر. وعندما أُنْهت المعالجة تجاه السكر، قلَّ ولُعها بالسكر بنسبة 80٪؛ وبعد أن أُنْهت المعالجات التسع جميعاً، أصبح مزاجها وسلوكها طبيعيين.

كانت مَرِيضَةٌ عَمُرُها 39 سنة تُعاني من نَقْصٍ شَدِيدٍ في سَكَّرِ الدَّم، وقد عولجت من قِبَلِ أطباء من مختلف التخصصات واختصاصي تَغْذِيَّة وأطباء شُموليين آخرين باستعمال الفيتامينات المتعددة بجرعات كبيرة ومستحضرات المعادن والأعشاب المزيلة للتسُّم والمعالجة الغُدِّيَّة Glandular therapy... إلخ. وتبيَّن في عيادتنا أن لديها تحسُّساً شديداً للسكر والكربوهيدرات والفيتامين C والحديد والبروتين والفيتامين A؛ وكانت لديها إصابة في طحالها وبَنَكْرِياسِها وقَلْبِها. وعندما عولجت تجاه جميع هذه المُحسَّسات، توقفت نوباتُ نَقْصِ سَكَّرِ الدَّم لديها. وحينما بدأت تأكل الأطعمة الطبيعية بدلاً من النظام الغذائي الصَّارِمِ المُنْقِص للسكر، استعادت طاقتها، ولم تُعذَّ تشعر بالنعاس بعد الظُّهْر، وتستطيع الاستيقاظ صباحاً من دون الشعور بالتعب؛ والتحقّت بدورة للرياضة التنفسية، وهي من برامج التمارين المفضَّلة لديها، وهو ما لم تُكُنْ قادرةً على القيام به خلال السنوات الخمس الماضية. وأخيراً، أصبحت مدرِّسةً للرياضة الهوائية (التنفسية)، ولم تُعذَّ مضطرةً إلى مواجهة نَقْصِ سَكَّرِ الدَّم من جديد.

إدمانُ النشويّات

يُعَدُّ عَوَزُ الفيتامينات B بسببِ نَقْصِ الامْتِصاصِ والتَّمَثُّلِ الغِذائي Assimilation أحدَ أسبابِ الإدمانِ على أكلِ الكثيرِ من النشويّات.

لم تُكُنْ سَيِّدَةُ عمرها 42 سنة، ووزنها مُزْدَاد بمقدار 27 كغ، قادرةٌ على إبعادِ يَدَيها عن الخبزِ والأرزِ؛ وقد تَبَيَّنَ أَنَّ لديها تَحَسُّساً تجاه فيتامينات المركَّب B والسكر، وهذا ما أدَّى إلى عَوَاتِقٍ في خَطِّ مَعْدَتها وطحالتها. ولكن، بعدَ أن عُولِجَت من التَحَسُّسِ لفيتامينات المركَّب B، لم تُعَدِّ تَميلُ إلى الخبزِ والمعجنات؛ وأُعْطِيَت جرعات كبيرة من فيتامينات المركَّب B لمدة 3 أشهر. وبعدَ 6 أشهر من المعالجة، فقدت وزنها الزَّائِد من دون حَمِيَّة.

يَنَامُ بعضُ النَّاسِ سَاعَةً من الوقت بعدَ أكلِ وجبة غنيَّة بالنشويّات؛ فالتَّشَأُّ يتحوَّلُ إلى سُكْرٍ، ثُمَّ إلى كحولٍ في المَعْدَةِ بوجودِ الحموضِ المَعْدِيَّةِ والخمائرِ خلالِ الهَضْمِ، وَيَتَحَرَّرُ نَحْوُ مَجْرَى الدَّمِّ؛ فإذا احتَوَتْ الوجبةُ على مقدار كبير من النشويّات المكرَّرة، يدخل مقدارٌ كبير من السكر والكحول مجرى الدَّمِّ بسرعة؛ وإذا ما كنتَ مُتَحَسِّساً للسكر أو الكحول، ولديكَ إنزيمات كافية لتَحْطِيمِ الطَّعامِ الذي تَتَنَاوَلُهُ، يجب أن تشعرَ بِمَزِيدٍ من التَّشَأُّ بعدَ وجبة كبيرة. وبالمُقابِلِ، إذا كنتَ مُتَحَسِّساً للسكر أو الكحول، ولا تُنتِجُ ما يَكْفِي من الإنزيمات لتَحْطِيمِ الطَّعامِ، عندها تُصَرَفُ الطَّاقَةُ الزَّائِدَةُ في هَضْمِ الطَّعامِ التَّشَوِي في الجسم؛ وهذا ما يُعْطِي الجسمَ طاقَةً أَقَلَّ لِلأنشطة الأخرى، ويُجبره على إنقاصِ الاستقلاب (الأَيُّض) Metabolism، الأمر الذي يُؤدِّي بك إلى السَّوْمِ لفترة أو إلى حينِ انتهاء الهَضْمِ. وعندما تَشْكُو من التَّعَاسِ والنَّوْمِ بعدَ الوجبات الثَّقِيلَةِ أو تَخْلُدُ إلى قَيْلُولَةٍ بعد الظُّهْرِ (حيث يَكُونُ نشاطُ الخمائرِ في الأمعاء الدَّقِيقَةَ على أَشَدِّهِ في هذا الوقت)، قد يَكُونُ لديك تَحَسُّسٌ تجاه السكرِ والحُبُوبِ والنشويّات المكرَّرة والخمائرِ والإنزيمات. وبعدَ أن تُعالَجَ تجاه هذه الأشياءِ بِطَرَأَتٍ إِزَالَةِ التَحَسُّسِ بحسبِ نامبودريباد، يَمَكُنُ ألاَّ تَعُوذَ بِحَاجَةٍ إلى القَيْلُولَةِ⁽¹⁾ بعدَ الظُّهْرِ.

(1) مع أَنَّ القَيْلُولَةَ القَصِيرَةَ أمرٌ صَحِّيٌّ وَضَرُورِيٌّ للجسم (المُترجم).

لا مزيد من النوم بعد الأكل!

عندما بدأت أول مرة بزيارة المكتورة ديفي في كانون الأول/ديسمبر 1988، كنت أقم بعد الوجبات وأشعر بالتعب عموماً، أما الآن، وبعد عدة سنوات، لم أجد أقم بعد الأكل، بل أشعر بالنشاط أكثر من ذي قبل.

إدمان الكافيين والقهوة والشوكولاته

يُعدُّ إدمان القهوة مثله مثل أيِّ إدمان آخر؛ ففي الحالة الطبيعية، تُنتج مادةٌ شبيهة بالكافيين في الجسم، وتساعد على البقاء مُتيقظاً خلال ساعات اليقظة الطبيعية. ولكن عندما لا يُنتج الجسم هذه المادة بسبب التحسس، قد يبدأ بالميل إليها.

إنَّ المشروبات الكافينية Caffeinated drinks مقبولة اجتماعياً في العالم كله؛ لكنَّ هذه الأثرية مُسببة للإدمان وملحة على الجهاز العصبي المركزي عند المصابين بالتحسس. هذا، ويؤثر الكافيين في الوظيفة القلبية، ممَّا يؤدي إلى اضطرابات النظم القلبي؛ كما يُسبب التهيج والعصبية والإمساك وارتعاش الأجناف وطفن الأذنين والآلام المفصليَّة والمشاكل الجلديَّة (الصدفية Psoriasis) وتَشكُّل الأورام الحميدة والكيسات في المبيض أو الرَّحم و/أو الثدي. ويكون لدى مُعظم المصابين بالتحسس للكافيين أرقُّ واضطرابات أخرى في النوم؛ وتتناسب درجة التفاعل مع درجة التحسس.

يكون الأشخاص المصابين بالتحسس للكافيين متحسسين للقهوة والشوكولاته أيضاً؛ ويمكن اعتبار الإدمان على الشوكولاته والقهوة والكافيين بطرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، ومُعالجته بكفاءة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وعندما يزول التحسس (الأرجية)، يفقد النَّاس عادة الشرة نحو الشوكولاته أو القهوة، ويتوقفوا عن فرط تناولهما.

كما أنَّ معالجات التحسس للشوكولاته تحرِّض أيضاً عدداً من الانفعالات العالقة السابقة، مثل الحيانة والقلوب الكسيرة والإخفاق في الأنشطة المتعلقة بالحُبِّ وذاكرة المعاملات غير المهذبة والإفراط العقلي والانتهاك الجنسي والاعتصاب... إلخ. هذا، ويكون الاختصاصيون في طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد مُدرِّبين جيِّداً على البحث عن الروابط العاطفية أو النفسية مع الشوكولاته، وإزالتها إن وُجدت. وينبغي معالجة الأساسيات العشرة قبل معالجة التحسس للكافيين أو القهوة أو الشوكولاته.

لم تكن كبسة مبيضية بعد كل ذلك!

لقد عولجت من قبل الدكتور ديفي تجاه قلمة من الحالات التنسسية قبل سنتين بشكل منتظم. وبعد بضعة شهور، بدأ القسم السفلي من بطني (قرب المبيض) يؤلمني، وعانيت من الألم طوال ثلاثة أسابيع، فقامت بفحص طبي عام، وقامت طبييتي النسائية بإجراء تصوير بفتيقي الصدى (الأمواج فوق الصوتية) للجزء السفلي الأيسر من بطني ووجدت كبسة في المبيض الأيسر بحجم اللبونة، وفكرت علي إجراء عملية جراحية، ثم تكرر مراجعة الدكتور ديفي، حيث تطقت في عيانتها الكبسة المبيضية لدي وصولاً إلى القهوة الخلسة التي كنت أحسبها (خمس فلوب في النوم) طوال الأسابيع الثلاثة الأخيرة. وعالجتني على الفور تجاه القهوة؛ وكان عليها أن تعالجتني من تلك القهوة الخلسة والقهوة والنسج المبيضي والحرارة والمبيض والقهوة؛ واستغرق الأمر أربعة أيام لإتمام المعالجة، وزال ألمي تماماً بهذه المعالجة. وفي اليوم الخامس، رأيت طبييتي النسائية وأجرت لي تصويراً جديداً بفتيقي الصوت لمبيضي بناءً على طلبي، فلم تجد الكبسة. وبعد خمس سنوات، لا يزال المبيض لدي بحالة صحية جيدة.

كان ميخائيل، المدرس البالغ من العمر 37 سنة، يحب القهوة، حيث يشرب منها 6 - 8 أكواب يومياً. وعندما يشعر بالتعب، يحضر دلة (ركوة) من القهوة ويشرب كوبين، فيستعيد طاقته ويصبح قادراً على إنهاء عمله اليومي؛ لكنه أصبح مؤخراً يشعر بالتعب أكثر، ويحتاج إلى المزيد من شرب القهوة، وحتى 12 - 14 كوباً في اليوم. كما أصيب بوضع مشاكل جلدية، وبدأ يشعر بالحكة في جسمه كله: وجهه ووجنتيه ومقدمة أذنيه، كما أخذ جلده بالتقشر. ثم ذهب لرؤية اختصاصياً في الأمراض الجلدية. وكانت الفائدة التي قدّمتها جميع الأدوية والمراهم الموضعية مؤقتة. وكان عليه أن يستعمل الأدوية حتى ينام، وبدأ وزنه بالازدياد رغم رياضة التنس التي يمارسها، وأخذ يقلق بشأن ذلك، ولكنه استمر في تناول القهوة. وفي أحد الأيام، كان يستعرض الإنترنت بحثاً عن حل للحكة، وقرأ عن طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد والحالات التحسسية، حيث تحدثت طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد عن الإدمان على القهوة؛ وعلى الفور، ربط بين مشاكله الصحية والمقدار الكبير من القهوة الذي كان يشربه، فحاول التوقف عن تناول القهوة يوماً واحداً، لكن جسمه بدأ يرتجف وأصبحت أطرافه

باردة ونَدِيَّة (رطبة)، وشعرَ بتعب شديد واكتئاب، وفقد جميعَ طاقته، وبدأ يَشْكُو من أوجاع بدنية وآلام مفصلية. وأخيراً، شربَ في المساء كوتين من القهوة وشعرَ بالتَّحسُّن؛ عندئذ تأكَّد من أنَّه أصبح مُدمناً على القهوة.

وعندما قُدِمَ لرُؤيتي، كانَ يائساً تماماً، ولديه شعورٌ بالارتباك نتيجة إدمانه على القهوة. وقد بدأ المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد مباشرة؛ وتوقَّف ولَّعه بالقهوة بالمعالجات الخمس (مزيج البيض، مزيج الكالسيوم، مزيج الفيتامين C، مزيج المركَّب B، مزيج السكر)، لكنَّ الأعراضَ الأخرى استمرَّت. ومع كُلِّ معالجة كانت حالته تتَّحسَّن. وعندما أنهى جميعَ المعالجات الأساسية بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، بما في ذلك القهوة، عادَ طبيعياً من جديد. والآن، أصبحَ راضياً بكوبٍ واحد من القهوة كلَّ يوم.

إدمانُ التدخين/النيكوتين/التبغ

يُعَدُّ التَّحسُّسُ للفيتامين B المركَّب السَّببَ الرئيسي لأيِّ إدمان، بما في ذلك إدمان التدخين والنيكوتين. وبعد الانتهاء من المعالجة تجاه الفيتامين B المركَّب، يُصبح من الضروريِّ تناول جرعات كبيرة من مستحضرات الفيتامين B المركَّب (300 - 500 مغ/اليوم) لبضعة أيَّام كلَّ شهر حسبما تُشير إلى ذلك اختبارات الاستجابة العضلية. وخلال المضيِّ عبر بقية المعالجات الأساسية العشر لطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، يمكن أن تصبح قادراً على إعادة ملءِ عوز الفيتامين B المركَّب قبل أن تقومَ بمعالجة التدخين. (للوقوف على مزيد من المعلومات عن الاختبارات لمعرفة الجرعات الصحيحة، اقرأ دليل طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد على الموقع الإلكتروني www.naet.com book store). وبعد الانتهاء من المعالجات الأساسية العشر لطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، ستصبح جاهزاً للمعالجة ضد التدخين والنيكوتين.

كانَ مريضٌ عمره 32 سنة مُدمناً على تدخين السجائر، حيث يستهلك 3 - 4 علب منها في اليوم؛ وكانت زوجته تُعاني من الربو والتهاب القصبات المتكرَّر؛ وطلبَ منه طبيبها التوقُّف عن التدخين لأجل زوجته، وحاولَ بعدة طُرُق التوقُّف عن

25 سنة من تثخين السجائر

لقد دخنْتُ 3 - 5 علب من السجائر في اليوم طوال 25 سنة، ومنذ 7 سنوات، أصبحت قادراً على الامتناع عن التثخين بعد جلسة واحدة من المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد مع الكورتية ديفي، ولم أَعُدْ أفتقدُها أيضاً.

ذلك، حتّى إنّه دخلَ في برنامج الامتناع عن التّدخين مرّتين، وكان يائساً؛ وأحاله إلينا أحدُ أصدقائه الذي توقّف عن التّدخين بعد المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد؛ وتبيّن أنّ لديه تحسّساً تجاه الفيتامين B المركّب والسكر والنّيكوتين، وهذا ما أدّى إلى سدّ خطوط رثيته وكبدّه وأمعائه الغليظة. وعندما عولجَ تجاه هذه الأشياء، أصبح قادراً على التوقّف عن التّدخين من دون أيّ جهد إضافي. وبعد سنوات قليلة، عندما جاء بابنته إلى العيادة للمعالجة، قال بأنّه بعد أسبوعٍ من المعالجة تجاه الفيتامين B المركّب تراجعَ ميّله إلى السجائر، فقلّل من استهلاكه للسجائر، ثمّ توقّف عنها تماماً في أقل من 3 أسابيع، ولم يعد يفقدُها أيضاً.

إدمانُ الأدوية الموصوفة وغير الموصوفة

يؤثّرُ إدمانُ الأدوية (المنبّهات) الموصوفة وغير الموصوفة في النّاس بشكلٍ مختلف، وهي تعمل على الجهاز العصبي لتخفيف الألم والانزعاج وتخريض النّوم؛ وإذا ما استعملت باعتدال، يمكنها أن تُحسّن نوعية حياتك، لكنّ هذه العقاقير - مثل القهوة والكحول - قد تكون مسببة للإدمان إن لم يُنْتَبَه إلى استعمالها بدقّة، سواء أكان ذلك للاضطرابات الأَلَمِيّة أم اضطرابات النّوم. ويكوّن معظم الأشخاص الذين يُعانون من مثل هذه الاضطرابات مُتَحَسِّسين للكثير من الأشياء من حولهم. وعندما يبدأون بتناول الأدوية، يُعانون من شعورٍ غابرٍ بالعافية، ولكنّ ذلك ينتهي بالمعاقرة، ثمّ بالإدمان.

يمكن اختبارُ التحسّس للأدوية بطرائق اختبارات نامبودرياد (الفصل السابع)، ومعالجته بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد. وعندما يزول التحسّس، يمكن أن تصبح الأدوية أكثرَ كفاءةً في بلوغ النتيجة المتوقّعة. ويفقد الأشخاص اعتمادهم

على الأدوية بعدَ المعالجة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد. ولا بدَّ من تقدُّم المعالجات العشر الأساسيّة قبلَ البدء بالمعالجة تجاه تلك الأدوية. يُعدُّ عَوَزُ الفيتامينات B، سواءً بسبب التحسُّس أو نقص المدخول، أحدَ أسباب الإدمان على الأدوية. وبعدَ إزالة التحسُّس تجاه السكر والمركَّب B، تحتاج إلى تناول جرعات كبيرة من الفيتامين B المركَّب مدَّة أسبوعين قبلَ المعالجة النَّاجحة تجاه الأدوية الموصوفة.

يَتفاعل الكثير من النَّاس تجاه الأدوية المُنقذة للحياة: المضادَّات الحيويَّة، الأسبيرين البنسلين، الكورتيزون، الأدوية المنظَّمة لضغط الدَّم، المسكِّنات... إلخ؛ وتعرِّضُ العديدُ من شركات الأدوية للمقاضاة من قِبَل الرِّبائن الذين يُعانون من تفاعلات تجاه مُنتجاتها، ويمكنُ معالجة هؤلاء النَّاس بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودريباد NAET لإزالة التحسُّس للأدوية، ثم يُصبحون قادرين على استعمالِ الدَّواء نفسه من دون أيَّة تفاعلات. وقد لا يكون على المرضى أن يمرُّوا بتفاعلات دوائية مُزعجة وبتأثيرات جانبية أخرى للأدوية، كما أن الأطباء المُحبطين لا يعودون مضطرين إلى تغيير الأدوية عدَّة مرَّات في الأسبوع أو الشَّهر على أساس التجربة والخطأ لإيجاد الدَّواء الأكثر ملاءمة؛ وقد تُصبح شركات الأدوية قادرةً على توفير الملايين من خلال تجنُّب الدَّفْع أو التَّعويض في القضايا القانونيّة؛ فإذا لم يكن من الضروري أن تفقد شركات الأدوية الكثير من المال على النفقات القانونيّة، يمكنها أن تقلِّل بسهولة من ثمن الأدوية، وسيستفيد كلُّ مُستعملٍ للدَّواء من نقص الأسعار بالنسبة إلى الأدوية المُنقذة للحياة.

الإدمانُ على الأدوية المَحظورة

يمكن أن يُدمنَ الأشخاصُ على الأدوية التَّرفيهيّة Recreational drugs؛ وفي كلِّ سنة نفقد الكثير من الأرواح بسبب الكوكايين Cocaine والحشيش (الماريجوانا) Marijuana والأدوية الأخرى المُمائلة. وينجمُ الإدمانُ عن التحسُّس (الأرجيّة). وعندما نعالج التحسُّس تجاه الأدوية، يُزول المَلِيلُ نحوها. وبعد إتمام المعالجة، لا تعود هناك رغبة باستعمال هذه الأدوية. وإذا ما حدث واستعملت، لا تودِّي إلى تفاعلاتٍ ضارَّة ومُزعجة.

كان لدى سيلفا Silva البالغ من العمر 32 سنة مشكلة كبيرة مع استعمال دواء مَخطور Illicit drug؛ وقد بدأ باستعمال الأدوية (المخدّرات) قبل 7 سنوات بضَغط من الرِّفاق والأصحاب، حيث جرّب الحشيش والكوكايين، وأحب الحشيش. وقبل أن يعلم بذلك، وجد نفسه معتمداً عليه؛ ولم يكن يستطيع التّوّم أو الإِسْتِرْخاء أو العمل من دونه. وحينما كان طالباً، كان يجد صعوبة في الحصول على ما يكفي من المال لشراء المخدّرات، لكنّه استطاع بطريقة ما أن يتدبّر أمره باستعماله مرة في الأسبوع. وعندما بدأ بالعمل، أصبح الوضع أسهل، وأخذ يستعمل المخدّرات بتواتر أكبر؛ وكان يُنفق جميع ما يكسبه عليها. وقبل بضعة أشهر، أصيب باضطراب في نَظْم القلب، وخضع لجميع الاختبارات الضرورية للتحقق من حالته القلبية، وبدأ كل شيء طبيعياً، لكن اضطراب النّظْم القلبي استمر. وأخيراً، عندما جاء إلينا، كان يشكو من ضربات قلبية غير منتظمة مرة واحدة في اليوم على الأقل. وفي عيادتنا، اكتشفنا - من خلال طرائق اختبارات نامبودريباد العضليّة - أن لديه ردّ فعل (تفاعلاً) تجاه المخدّرات التي يتعاطاها. ولذلك، أخبرنا بمشكلته الحقيقيّة. وبعد المعالجات السبع الأساسيّة، أعطيت جرعات كبيرة من الفيتامين B المركّب؛ ثمّ عُولجَ تجاه الحشيش، ثمّ الدخان مع الحشيش، ثمّ الدخان والسرّوتونين. وبعد نِجاة المعالجة تجاه جميع هذه التّوليفات، انقطع عن هذه العادة تماماً. والآن، عندما يشعر بالميل إلى المخدّرات، يتناول 100 مغ من الفيتامين B المركّب. وفي غُضون بضع دَقائِق، يفقد هذا الميل؛ وها قد مضى عليه ستان الآن ولم يقترب من أيّ مخدّر.

إِذْمَانُ الْكَحُولِ

إِذْمَانُ الْكَحُولِ (الكحوليّة) مَرَضٌ يتصفُ بكلٍّ من عدم التحمّل Intolerance والاعتماد الجسدي Physical dependence. وتنجم الكحوليّة Alcoholism الحقيقيّة بشكّل رئيسي عن التحمّس للفيتامين B المركّب، لا سيّما B12 و PABA⁽¹⁾ والسكر والخمائر والكحول أيضاً. وعندما لا تستطيع الأعصاب الحصول على

(1) مُختصر حَمَضُ بارا - أمينو بنزويك Para amino benzoic acid.

كفايتها من التغذية، تُصبح الأعصابُ الجائعةَ هزيلةً ومضطربة. وحينما يكونُ الجسمُ متحمساً للسكر، لا يمكن أن يُمتصَّ من خلال العمليات الهضمية الطبيعية. ويستطيع الكحولُ تجاوزَ العملية الهضمية الطبيعية، ويُمتصُّ جزءٌ منه من خلال التناضح Osmosis (الامتصاص عبر البطانة المعدية) نحوَ الدورانِ الدُموي؛ ولذلك يشعر المدمنون على الكحول (الكحوليون) Alcoholics بالتحسن مؤقتاً بعد تناولِه، والسببُ في ذلك هو تأثير السكر الذي يُقدِّم جرعةً مفاجئةً من الطاقة، ويزيد الطاقة في الجهاز العصبي. وعندما يحصل الدماغُ المتعبُ على جرعة سريعة من السكر (من الكحول)، يُرضي مؤقتاً حاجته الجزئية، ويُستغل ذلك في وظائف الطاقة. ويتصرف معظم الكحولين بشكلٍ واقعي عندما يحصلون على بعض الكحول، لأن الدماغ يحصل على بعض السكر للعمل. ويتعرف الدماغُ إلى هذه الطريقة الجديدة في كسب السكر لتلبية حاجاته، ويتكرر الطلبُ على ذلك للحصول على مزيد من الكحول. وهذا ما يدفع الشخصَ إلى شرب المزيد والمزيد، وهذا ما يقود إلى الإدمان. ولا يمكن امتصاص سوى قسمٍ صغير عبر البطانة المعدية؛ أما بقية الكحول فتعبر السبيل الهضمي وتنتهي كسعرات حرارية فارغة. ويمرُّ "روح الكحول Spirit" (الجزء الغازي من الكحول) عبر الكبد، ويُمتصُّ نحوَ خط الكبد بالتناضح أيضاً، ويُهيم التأثيرُ المُخمد "لروح الكحول" على الجسم، ويصبح الدماغُ والجهاز العصبي بحالة من التركين والضعف. وتسيرُ الموادُ الغازية في خط الكبد نحوَ الدماغ (الشكل 11 - 12)، ثمَّ يؤدي إلى الدوخة والشعور بما يشبه "الغوم في السماء" بالرشقات القليلة الأولى بدايةً، ثمَّ تحصل اضطرابات نفسية وتصرُّفات غريبة.

ويكونُ التأثيرُ المديد في المعدة والكبد؛ حيث يتضرر الغشاء المخاطي المبطن للمعدة والكبد بسبب الارتشاح المتكرر للكحول إذا كان الشخصُ يشرب الكحول يومياً طوال بضع سنوات، ثمَّ يؤدي إلى قرحات معدية وتشمع كبد... إلخ. وبعد امتصاص الكحول من خلال التناضح، يجد طريقه نحوَ مجرى الدم. ويبدأ التأثيرُ الأكل Corrosive action "لروح الكحول" بالإضرار ببطانة الأوعية الدموية، ثمَّ يؤدي إلى التزف وتبارز الأوردة وظهور الأوردة العنكبوتية واعتلال الشرايين والأوردة وظهور الجلد معظهر غير صحي... إلخ.

حينما يكبت الكحوليون رغبتهم بالشرب، يُعانون من متلازمة الانقطاع Withdrawal syndrome، وتُسبب هذه المتلازمة ألماً جسدياً ونفسياً واضطرابات فيزيولوجية تمثل الطريق الذي يسلكه الدماغ في حاجته إلى الكحول؛ كما يُعاني هؤلاء من مخاوف داخلية غير مفسرة، ويعجزون عن ممارسة أعمالهم بسهولة.

تُمارس فيتامينات المركب B دوراً كبيراً هنا؛ فإذا كنت متحسساً لفيتامينات المركب B وتتناول مستحضراته، عندئذ تتغذى الأعصاب الجائعة. وعندما تتغذى الأعصاب بشكل جيد بطعام الأعصاب (فيتامينات المركب B)، لا يطلب الدماغ والجهاز العصبي المزيد من السكر من الكحول للحصول على الطاقة.

يُتعلم الكثير من الأشخاص الذين يدخلون في مجموعات مُدمني الخمر (الكحوليين) المجهولين، والمجموعات المماثلة، التوقف عن الشرب. تُمارسة المعالجة الجماعية لضبط النفس وأنظمة الدّعم... إلخ؛ لكن معظمهم ينتهي بهم الأمر ببعض الاضطرابات الجسدية أو الألم: الشقيقة، آلام الظهر، آلام الرقبة، الآلام الكتفية، الأرق... إلخ. وعندما يُعالجون تجاه الفيتامين B المركب والسكر والكحول، تختفي الأعراض الجسدية لديهم.

قبل أن تغلب بنجاح على مشكلة تناول الكحول، لا بد من أن تُعالج تجاه الفيتامين B المركب والسكر؛ وينبغي أن تتلقى كميات هائلة من الفيتامين B المركب، مع جرعات كبيرة من الفيتامين B12 عدة شهور قبل أن تستطيع مواجهة العالم الحقيقي؛ كما تحتاج إلى الدخول في المعالجة الجماعية، أو الالتحاق بمجموعات الدّعم خلال المعالجة. هذا، وأصر على مرضاي بأن يبقوا قريبين من مجموعات الدّعم أو أي مجموعة دعم أخرى لفترة طويلة بعد إكمال المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وينبغي معالجة العناصر العشرة الأساسية أولاً قبل معالجة الكحول.

قد تؤدي المعالجات تجاه الكحول إلى ظهور عواطف أو انفعالات مكبوتة أو إشكالية من الماضي؛ وقد تدرّب الاختصاصيون في طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد على السّبح عن العوائق الانفعالية المرافقة للكحول، ويستطيعون التخلص منها بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد إن وُجدت.

يُبدمن النَّاسُ على الكُحول لأسبابٍ مختلفة: ضَعْفُ الأصحاب، الملل... إلخ، أو ببساطة نتيجة توفر الكحول بسهولة. وقد يشرب هؤلاء الأشخاص أي كمية، ويندر أن يسئروا. وهم يُصنّفون في الصنف غير التحسّسي Non-allergic category. ويستطيعون ببعض الإرادة أن يمتنعوا عن الشرب في أي وقت من دون الدُخول في أعراض الامتناع الجسدية أو النفسية. كما تفيد مجموعات الدّعم أو المعالجة الجماعية، فضلاً عن إزالة التحسّس، في التغلب على الإدمان. ويُشجّع الكحوليون على الالتحاق بمجموعات الدّعم لمساعدتهم على كسر العادات المُرمنة وضمان بقائهم كذلك بقية حياتهم.

أمّا الأشخاص المتحسّسون للكحول فيصابون بأعراض الانقطاع الشديدة عندما يحاولون الامتناع عنه. وكما ذكرت آنفاً، يمكن أن يؤدي كبت الرغبة بالشرب إلى مشاكل جسدية أو نفسية؛ وهذا ما كانت عليه الحال عند سوزي Susie التي حاولت الامتناع عن شرب الكحول بالالتحاق بمجموعة الكحوليين المجهولين. وانتهى بها الأمر بالآلام رقيقة شديدة والشقيقة وألم العصب العضدي. وبعد 18 شهراً من التوقف عن شرب الكحول، ظلت تُعاني من ألم ظهري شديد. ولكن بعد أن عولجت بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد تجاه السكر والفيتامين B المركب والكحول، تحسّن ألم أعلى الظهر المُرمن والشقيقة لديها.

توقّف ميخائيل، البالغ من العمر 52 سنة، عن شرب الكحول قبل 15 سنة عندما التحق بإحدى مجموعات الدّعم (مجموعة الكحوليين المجهولين)؛ ولكن منذ أن امتنع عن تناول الكحول، أصبح يُعاني من ألم مستمر ومُرمن أسفل الظهر؛ وقد جرّب معالجات مختلفة، بما في ذلك المعالجة بالتدليك Massage therapy والمعالجة الفيزيائية Physical therapy والوخز الإبري... إلخ من دون تحسّن. وحينما عولج بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد تجاه الكحول، خفّ ألم الظهر الذي دام 15 سنة لديه.

قدّمت إلى عيادتنا امرأة عمرها 63 سنة، وهي تُعاني من وئجي شديد في الجهة اليسرى من رقبته وكتفها وعضدها منذ عامين؛ وقد عولجت على يد اختصاصي في الأمراض العصبية وجراح تجبيري وطبيب باطني، وكانت تحت المعالجة الفيزيائية طوال أربعة شهور، لكنها لم تستفد شيئاً؛ ثم جاءت لتراني؛ وخلال الفحص،

لاحظتُ بعضَ علاماتِ الإدمانِ المُزمنِ والضَّررِ الكبدي غيرَ قراءةٍ لسانها
Tongue reading؛ غير أنَّها لم تذكرْ شيئاً عن الإدمانِ عندَ استجوابها، واكتفت
بالقولِ إنَّها تشربُ كوباً واحداً من القهوة، وكانَ ذلكَ مألوفاً تماماً؛ وهذا ما
أذهلني وشوَّشني، فسألتها بصراحةٍ "كم تشربين من الكحول يومياً؟" فقالت "لم
أذكرُ أنَّني أشربُ الكحول، أليسَ كذلك؟" فقلتُ "عرفتُ ذلكَ، فأنا أقرأُ أفكارك،
والآنَ أريدُ أن أعرفَ كم تشربين من الكحول بيني وبينك فقط؟" تغيَّرَ لونها،
وبدت وكأنَّها رأتَ شبحاً، وقالت "كيفَ عرفتِ يا دكتورةُ بأنَّني كنتُ مُدمنةً
على الكحول (كحوليةً)"، فضحكتُ وقلت مبتسمةً "لسانك دَلَّني على ذلكَ".

لقد قالتَ بأنَّها كانتَ كحوليةً طوالَ السنواتِ العشرينِ الماضيةِ، وقد ذهبت
إلى عيادةِ إزالةِ التسمُّمِ (الإدمانِ) مرَّتين، لكنَّها لم تستطعِ التوقُّفَ عن الشُّربِ.
وكانتَ تعملُ في شركةٍ للهاتف، لكنَّها كانتَ معتمدةً على الكحول كثيراً بحيث
تتغيَّبُ عن العملِ مراتٍ كثيرةً حتَّى تتناولَ الكحول. وهي كانت تُخفي البراندي
Brandy (المَشروبُ الوَحيد الذي استعملته) تحتَ سريرِها، وكانَ ينامُ زوجها في
غرفةٍ أخرى، ولم يتوقَّعْ أبداً أنَّها كانتَ كحوليةً، وهو عملُ ليلاً، بينما عملتُ هي
نهاراً، وهذا ما جعلها تشربُ الكحول في اللَّيل. ولم يَكُنْ يُعرَفُ عنها أنَّها
كحوليةً، حيثَ لا تشربُ أمامَ الآخرين. وحتَّى طبيبُ العائلة، الذي كانَ يكتبُ
التَّقاريرَ عن الشَّقِيقةِ المزِيَّقةِ كمبررٍ للتغيَّبِ عن العملِ، لم يكنِ يعرفُ ذلكَ.

عولجتُ المريضةَ تجاهَ السُّكَّرِ والبراندي، ولم تكنِ مُتَحَسِّسةً للفيتامين B
المركَّب؛ وهذا ما يفسِّرُ أنَّها استطاعتُ أنْ تتخدَعَ الآخرينَ حَولَ مشكلةِ إدمانها.
لقد كانَ خطُّ أمعائها الغليظةَ مَسدوداً. وبعْدَ أنْ عولجتُ تجاهَ السُّكَّرِ والبراندي،
اختفى الألمُ المستمرُّ والمُزعِجُ من رقبتهَا وكفها. ولا تزالُ من دونِ ألمٍ بعْدَ 6
سنوات. وعندما سُئِلتُ عن شُرْبِ الكُحول، قالتَ بأنَّها توقَّفتَ عن الشُّربِ بعْدَ
المعالجةِ تجاهَ البراندي مباشرةً، لأنَّها لم تُعَدُ تشعرُ "بالطَّنين" في رأسِها. وأصبحَ
مذاقُ البراندي لديها مثلَ ماءِ الحنْفِيَّةِ بعْدَ المعالجةِ، وأصبحتَ تشربُ الماءَ عندما
ترغبُ بالشُّربِ، لأنَّ ماءَ الحنْفِيَّةِ والبراندي يُعْطِيانها النتيجةَ نفسها تَقريباً.
واستنتجتُ بأنَّه من الأفضلِ أنْ تشربَ الماءَ وتوفِّرَ المالَ.

يمكن أن يكون التحسس للفركتوز Fructose allergy سبباً في إدمان السكر والكحول. هذا، وقد أفلتت مريضة كحولية أخرى عن شرب الكحول بعد أن التحقت بمجموعة الكحوليين المجهولين، لكنها أصيبت بالآلام رقيقة شديدة وبألم في المرفقين؛ ووافقت على أكل الفواكه واللبن الطبيعي عند توقفها عن الشرب. وكانت متحسسة جداً للفركتوز الموجود بغزارة في الفواكه؛ وقد أدى الفركتوز إلى انسداد في خط الطحال. وبعد المعالجة تجاه الفركتوز، زال الألم لديها.

لقد عالجنا الكثير من حالات الإدمان على الكحول والمخدرات والسكر والشوكولاته والتبغ طوال السنين الخمس الماضية؛ وتبين لدى جميع المرضى تقريباً وجود تحسس للفيامين B المركب والسكر. وبمجرد إزالة هذا التحسس وإعطاء جرعات كبيرة من الفيامين B المركب، يصبح من السهل على معظمهم التخلص من هذه العادات. ويحتاج الأمر أحياناً إلى الوخز الإبري مرة في الأسبوع ولمدة 3 - 4 أسابيع لتقليل الرغبة وأعراض السحب، مع إعطاء 300 - 500 مغ من الفيامين B المركب للتغويض عن العوز.

لا يشعر بعض الأشخاص بأية أعراض مزعجة خلال تناول الكحول، لكن من الشائع حدوث الخمار (صداع الكحول) Hangover أو الشقيقة في الصباح بعد الإقلاع عن الشرب. ويكون هؤلاء متحسسين للكحول نفسه عادةً، ولكن ليس مثل الفيامين B المركب أو السكر. وعندما يعالجون تجاه الكحول، لا تحصل أية أعراض متأخرة أو كامنة لديهم.

كان رجل عمره 36 سنة يستيقظ مصاباً بصداع الشقيقة صباح كل سبت طوال السنوات العشر الماضية؛ وقد أعانته المسكنات غير المصروفة بوصفة طبية على تخفيف الصداع في كثير من الأحيان. لكن الصداع في بعض الأيام كان شديداً جداً بحيث يذهب إلى قسم الطوارئ للمداواة وتفريج الألم، ولا يفيد معه شيء في أيام أخرى، ويكون عليه أن ينام في غرفة مظلمة لمدة يومين. وكان يشرب زجاجتين من البيرة مع أصدقائه بعد العمل مساءً كل جمعة منذ أن بدأ عمله قبل 10 سنوات. وقد كان التحسس للبيرة مسؤولاً عن الانسداد في خط المعدة Stomach meridian، مما أدى إلى الصداع صباح السبت.

الإدمان على الصُّحْبَةِ

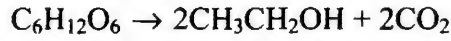
يمكن أن يكون الإدمان تجاه أي شيء، حتى تجاه امرأة أو رجل. هذا، وقد وقعت امرأة عمرها 42 سنة في حُبِّ رجل متزوج، وكان يقضي كثيراً من الوقت معها ويخبرها بأنه ماضٍ في تطليق زوجته والزواج بها، لكنه لا يفعل. وأخيراً، أخبرته هذه المرأة اليائسة بأن يتركها ويغادر. وفي غضون أيام قليلة، أصبحت مريضة جداً، وأرادت رؤيته واتصلت به ليعود. وعندما عاد، وجلس معها بضع ساعات، شعرت بالتحسن. وتكرّر ذلك عدّة مرّات. وعندما كان يتعد عنها بضعة أيام، كانت تتوجّع وتشكو من آلام مفصلية وأوجاع جسمية وحمى... إلخ. وبمجرد رؤيته، كانت تشعر بالتحسن. وأخيراً، تأكّدت من أنها يجب أن تكون متحمّسة له، وأن هذا التحسن قد انقلب إلى إدمان. لقد كانت على حقّ، حيث تبين أن لديها تحسّساً تجاهه، وكانت خطوط كبدها وطحالتها ومرارها مسدودة. وقد أصبحت قادرة على الابتعاد عنه من دون أية مضاعفات بعد أن عولجت تجاهه بطرائق إزالة التحسّس بحسب نامبودرياد.

الخمائر وداء المبيضات والعفن والفطور

تُعَدُّ عَدْوَى الخمائر Yeast infection وداء المبيضات Candidiasis والعفن وأمراض الفطور أكثر الاضطرابات التي تُصيب الرجال والنساء على حدّ سواء، ممّا يُؤدّي إلى القلق والمشاكل الصحيّة بين المرضى؛ فما هي الخمائر؟ وما هو داء المبيضات؟ وكيف يمكن أن يؤدّي نمو الفطور والعفن إلى مشاكل أو مخاوف صحيّة؟ وهل هناك ما يدعو إلى القلق بشأن ذلك؟

في الواقع، لقد خلقت هذه الأشياء كفريق تنظيف يُساعد على حفظ بيئتنا نظيفة. إنَّها تهاجمُ المنتجات العضويّة غير المرغوبة في الكون، وتكتشفها بمجرد ظهورها. وهي لا تؤثرُ في المنتجات السليمة أو الحيّة، بل تعمل بغياب الدوران أو الجريان الطبيعي للطاقة فقط؛ وهي تساعد على تحويل الفضلات العضويّة (المنتج النهائي لأيّ حي: الإنسان أو الحيوان أو النبات) إلى شكلها الأصلي من خلال التّحطيم الفوري لهذه المواد. وتُعَدُّ المركّبات الكربونيّة والهيدروجينيّة (الهيدروكربونات) هي الشّكل الخلقي الرئيسي للحياة في الكون.

تَتَحَوَّلُ مُنتَجَاتُ الدُّهُونِ والبروتينات والكربوهيدرات (مثل المواد العضوية عند الإنسان والحيوان والنبات) - في نهاية المطاف - إلى سكاكر خلال التفاعلات الكيميائية؛ وتجذب السكاكر الخمائر، ثُمَّ تَوَثِّرُ الخمائرُ في السكاكر. ويحصل تفاعل التخمر Fermentation reaction عندما يجتمع السكر والخميرة. ويُنتَجُ الكحول الإيثيلي Ethyl alcohol بتخمير الخميرة للسكر. ويمثل التخمر إنتاج الإيثانول Ethanol من السكر بتأثير الخميرة أو الجراثيم الشبيهة بالخمائر. وتعمل إنزيمات الخمائر كحفازات Catalysts لتحويل السكر إلى إيثانول ونثائي أكسيد الكربون.



غلو كوز (سكر) ← إيثانول + نثائي أكسيد الكربون
ويَبَخَّرُ الإيثان Ethane ونثائي أكسيد الكربون، ويمتَرِجان بالجو لبدء دورة حياتية جديدة.

هل راقبت أية فضلات عضوية تسقط على التربة؟ عندما تسقط أية فضلات عضوية على الأرض وتبقى هناك لبضعة أيام، دون أن تُحرَّك، يمكن أن ترى هذه المنظفات البيئية Environmental cleaners تبدأ عملها؛ ففي البداية، تغطى المادة بالديدان والعفن وبما يشبه الفطور. وتفسد هذه المادة خلال بضعة أيام وتتلاشى تحت نشاط تلك الكائنات الحية، ويتغير الشكل الأصلي للفضلات بعد بضعة أيام أخرى، وتُهَضَّم بالكامل، وتتمازج مع التربة المحيطة، وتبدو مثلها، وينطلق الإيثان ونثائي أكسيد الكربون.

ولا يحصل ذلك خارج الجسم فقط، بل داخل الجسم البشري أيضاً؛ فمن الشائع مُشاهدة الخمائر والجراثيم الشبيهة بها في الأمعاء الدقيقة (علاقة تعايشية Symbiotic relationship)، حيث يحصل معظم التخمر في الجسم. وعندما تعيش في الناحية المعوية فقط، لا تكون هناك تفاعلات مُزعجة في الجسم. ولكن، لأسباب مختلفة، تتخطى منطقتها، وترحل إلى أعضاء أخرى وإلى الدوران الدموي. وبما أن هذه المناطق تقع خارج بيئتها المألوفة، فهي تتيه ولا تدري ماذا تصنع؛ فمن دون تخصيص وظيفة معينة في بيئتها الجديدة، تبدأ بالعمل بما تعرف - تنظيف البيئة. وهي تعمل في أي مكان في الجسم تجد فيه نسيجاً ميتاً أو ضعفاً في جريان الطاقة.

المُبيضة البيضاء

كنتُ مُصابةً بَعَدَوِي المُبيضة البيضاء *Candida Albicans*، وهي حالة شديدة من عَدَوِي الخمير في نسي طولاً سبع سنوات؛ وقد أَفْقَتْ حينئذٍ أَكْثَرُ من 20 ألف دولار من جَنَيفي، فَضْلاً عن نفقتِ التَّلمين؛ وقال لي اثنان من أطبائي بأنِّي لَنْ أَتَجَلَّزَ هذه المُشكلة أبداً، ولو التزمتُ بنظام غذائي قاسٍ وخالٍ من الخمائر، واستعملتُ الأدويةَ والحَقْنَ، فَضْلاً عن التغذية الوريدية. وبعد ستة شهور من البدء بِزِيَارَةِ الدُّكْتُورَةِ ديفي نيمبوريد، رَأَيْتُ بِصِيحَ لُحْلِ فِي نَهْلِيَةِ النَفَقِ. والآن، أنا في نَهْلِيَةِ النَفَقِ، وقد تَخَلَّصْتُ تماماً من المُبيضة ومشكلة الخمائر بعد سبع سنوات من المعالجة.

هناك الكثير من الأسباب التي تجعل الرجال والنساء - على حد سواء - يعانون من عَدَوِي المبيضات اليوم؛ ففَرَطُ نَمُو المبيضات يحصل في الجسم عندما لا يُهَضَم الطَّعامُ بشكلٍ صحيح، ممَّا يَقُودُ إلى نَقْصِ الامتصاص وتمثُّلِ المُغذَّيات. ويؤدِّي نَقْصُ تمثُّلِ المُغذَّيات إلى ضَعْفِ الجهاز المناعي وجرَّيانِ الطَّاقة، فتتراكم الفضلات في الجسم، لا سيَّما في الأمعاء؛ وهذا ما يُسبِّبُ اضطراباً في التَّبيتِ المعوي⁽¹⁾ *Intestinal flora*. وتكاثُرُ الحَمَائِرُ والمبيضات بالملايين لتخمير الفضلات المتراكمة في الأمعاء، وقد عثرت على وليمة كبيرة من المواد المتراكمة في الأمعاء! ثم تبدأ الملايين المتكاثرة بالتحرك إلى مناطق أخرى.

ينجمُ نَقْصُ جريانِ الطَّاقة عن: التحسُّسِ للمنتجات الغذائية، ممَّا يُؤدِّي إلى عَوَاقٍ في خُطُوطِ الطَّاقة؛ الأمراض (السُّكري، حالات العَدَوِي المزمنة، ابيضاض الدَّم *Leukemia*، السَّرطان)؛ نَقْصُ إنتاجِ العُصارات المعدية الأساسية والإنزيمات الهاضمة؛ استعمال المضادات الحيوية وأقراص منع الحمل والكورتيزون؛ الإشعاع والمعالجة الكيميائية واضطراب التَّوازنِ الهرموني والتعرُّض للمواد الكيميائية السامة؛ الأعْوَاز (النواقص) التغذوية *Nutritional deficiencies* والقوت الغني بالكربوهيدرات وأكل المنتجات السكرية المُكرَّرة والوجبات السريعة والأطعمة المُتَبَّلَة والعادات الغذائية السيئة والأطعمة المهيَّجة للغشاء المخاطي للأمعاء الدقيقة (الأشربة المُكرَّبة) وعدم شُرْبِ ما يكفي من الماء لغسل الجسم ونَقْصِ النِّظَافة الشخصية.

(1) هو مجموع الكائنات الحية (الجراثيم وغيرها) التي تعيش في الأمعاء بشكلٍ طبيعي دونما ضرر (الترجم).

هل هذه هي المبيضة لدي؟

كنت مريضة من مرضى الدكتور ديفي طوال ثلاث سنوات. وعندما بدأت معالجات التحسس لأول مرة، كنت في حالة سيئة جداً، فلقد تدهورت صحتي منذ 12 سنة حيث أصبت بإعياء مزمن، وبقيت أعاني من عدوى مستمرة في الجيوب طوال سنوات، وأدت المضادات الحيوية التي أخذتها إلى إصابتي بالمبيضة، كما عانيت من عدوى جهازية شديدة بالمبيضة على مدى سنوات، ومن صداع متكرر وآلام بدنية وعدوى متباعدة وخمى طوال سنة ونصف. وكانت رحمتي مفصولة، ولدي كيسات كبيرة على مبيضي، وأعاني من الإرهاق دائماً. هذا، وقد زرت الكثير من الأطباء خلال السنوات الاثنتي عشرة الماضية، وكان كل واحد منهم يُمخّص حالتني على أنها فرط نمو للمبيضة والخمائر كمسألة وحيدة. وراجعت العديد من أقسام إزالة السموم، وأخرجت الزئبق من أسناني، وجربت الأكل بشكل صحي في المنزل، وأنفقت آلاف الدولارات، وعانيت من الألم والوجع كل يوم ومن الدأرق الشديد أيضاً رغم كل شيء. ولم يكن باستطاعة الأطباء سوى إعطاء الأدوية والقيام بالجراحة والنصح بالتمارين. لكن أتى لك أن تقوم بالتمارين، وأنت بالكاد تستطيع الصعود إلى الطابق العلوي في بيتك. لقد جربت كل ما أستطيع وأعرف لأغدو أفضل، بما في ذلك النظام الغذائي الصحي والراحة والوخز الإبري مع شاي الأعشاب الصينية، بنفقات كبيرة؛ وقد أفادني ذلك نوعاً ما، لكن ليس بشكل دائم. ولا أعلم ما إذا كان لدي تحسس لكل شيء أكله وشربه، فضلاً عن الملوثات البيئية. ولم تظهر اختبارات التحسس السابقة سوى أرجيات بيئية. وكنت بعمر 38 سنة، واعتقدت أن حياتي قد انتهت.

بعد أن بدأت المعالجة مع الدكتور ديفي، أخذت صحتي تتحسن باستمرار؛ واستغرق ذلك نحو 3 شهور من المعالجات الأساسية، حيث عولج التعب المزمن وعدوى المبيضة لدي، ثم لاحظت حدوث تغير. وعندما عولجت تجاه المعادن، اختفت الكيسات على مبيضي، وعادت رحمتي إلى موضعها. وأثبت مخطط الأمواج فوق الصوت Sonogram والفحص ذلك، وبدأ كل شيء طبيعياً.

ولا أزال أتلقى المعالجات أحياناً؛ لكنني استعدت حياتي من جديد، وباتت العدوى تختفي طويلاً، وأصبح الصداع نادراً؛ وأنا الآن أتمرن وأعلم بأنني سأعيش طويلاً بصحة وعافية.

شكراً لله، ثم للدكتورة ديفي وللمعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبوربياد. إنها قصة حقيقية وحل دائم لأية مشاكل صحية.

عندما تتخمر الأطعمة الغنية بالكربوهيدرات والسكريات بوجود الخمائر، يُنتج الكحول؛ وقد يتحول الإيثانول إلى كحول إيثيلي بوجود الأكسجين، مما يدفع إلى النوم. ويخلد بعض الناس للنوم بعد أن يأكلوا قوتاً غنياً بالكربوهيدرات المكررة، لأنه يزيد نشاط الخميرة. ويُنَبِّه السكر المكرر والتشائموا الخميرة والمبيضة.

تشتمل الأعراض المشاهدة بشكل شائع على التعب ونقص التركيز وتشوش الذهن وشعور دماغي غير مستقر وفرط النوم والتعب في فترة ما بعد الظهر (نشاط الخميرة في الأمعاء الدقيقة بدرجة كبيرة) والصُّدَاع وحُرقة الفؤاد (اللُّدَع) وحرقان في فم المعدة ووصولاً إلى المريء مع الشعور بالضيق، والإحساس بالسُّخونة أو التَّطُّل في ناحية الكبد، والميل إلى الحلويات والطفح الجلدي والشرى والحكة الفرجية والشرجية والأرق وقدم الرياضي⁽¹⁾ (سُفَّة القدم) Athlete's foot والسُّلاق⁽²⁾ الفموي والمُغَصَّ والعُدوى المِهْلِيَّة بالفُطُور والمُفْرَزَات المِهْلِيَّة والدَّاء الحَوْضِي الالتهابي والالتهاب المفصلي والآلام المفصليَّة والأوجاع العضليَّة والرطوبة والعُدوى الماثنيَّة والتهاب الجيوب مع التَّزُّ القِيْحِي، وتقاطُر المُفْرَزَات خلف الأنف (التَّسْتِيل الأنْفِي الخَلْفِي) Post nasal drip والعُدوى المتكررة في الأذن وعُدوى الحلق والاكْتِثَاب والأوجاع البدنيَّة المعُمَّة وتطُّل البطن (انتفاخه) والإمساك والإسهال وزيادة الوزن واحتباس الماء.

عندما يزداد نمو الخميرة لديك، يكون ذلك علامةً مُنْذِرَةً دالةً على أن الجسم يتعرض لنقص جريان الطَّاقَة، وأنه في خطر.

يمكن أن تقلد التفاعلات التحسسية العُدوى الشَّبِيهَة بالخمائر؛ فالتحسُّس للمنظِّفات والصَّابُون والملابس والملابس الداخليَّة (البنطال مع الجوارب) والقطعة الوُسْطَى منها (بين الفخذين) والتَّفاعُل الكيميائي بين الجسم والمواد الكيميائيَّة المُسْتَعْمَلَة في الأقْمِشَة وورق المِرْحَاض... إلخ يمكن أن يُؤدِّي إلى انسداد في خطِّي الكبد والطَّحال، مما يقود إلى عُدوى شَّبِيهَة بالخمائر في الجسم.

(1) قدم الرياضي حالة مَرَضِيَّة تتحلَّى بالتهاب فطري في القدم وبين الأصابع، حيث تظهر رائحة كريهة (المترجم).

(2) السُّلاق هو عُدوى بالمبيضات تظهر على اللسان بشكل غطاء أبيض، وقد تنتشر العُدوى إلى بقية جهاز الهضم عند نقص المناعة (المترجم).

الظُّرُ سَبَبٌ أَعْرَاضاً شَبِيهَةً بِعَدَوَى الْخَمَائِرِ

حصل أحد أكثر مظاهر التحسُّن وضوحاً مع رجل في الخمسين من عمره، حيث كان يُعاني من نزُّ مسؤل من أُنْتِه وصداح وتشوُّش ذهني عند تعرُّضه للطر؛ ولم يكن قلاباً على العادة في المعبد، ويضطر غالباً إلى ترك المهام الاجتماعية. وقد اختلَّت جميع الأعراض لديه بعد تخلصه من التحسُّس للطر، وأخبرني بأنَّه أصبح يشعر وكأنَّ حياته عادت من جديد!

ذهبت ماري Mary، البالغة من العمر 38 سنة، إلى السيرك؛ وعندما كانت هناك، استعملت غرفَ الرَّاحَةِ (المَراحِض) المؤقَّتة؛ وفي عُضون دقائق قليلة، بدأت تشعر بالحكة والحرق في مناطق خاصَّة من جسمها، بشكل شبيه بعَدَوَى الخُمائر. وتذكَّرت بسرعة ورقَ المرحاض، وجلَّبت قطعةً منه إلى العيادة صباح اليوم التَّالي؛ فقد كانت متحسَّسةً له؛ وتوقَّفت انزعاجُها بعد معالجتها تجاه ورق المرحاض مباشرةً بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد.

كانت امرأةً عمرها 28 سنة تُصاب بعَدَوَى الخُمائر بوجود البرتقال، وتبيَّن أنَّ لديها تحسُّساً للفيتامين C الموجود في البرتقال. كما كان شابٌ يأكل اللبن على الغداء يومياً، ويُعاني من حرقه شرجيةً وحكةً وعُدَّة (حب شباب) مؤلم وعَدَوَى حَوْلَ جُلْدَات⁽¹⁾ الأظافر Finger nail cuticles. وعندما عولجَ تجاه اللِّين، زالت الأعراض لديه.

كان لدى امرأة أخرى تحسُّسٌ لمُنيٍّ زوجها، ممَّا أدَّى إلى إصابتها بما يُشبه عَدَوَى الخُمائر باستمرار؛ وقد كانت تتناول المضادَّات الحيويَّة يومياً طوال سنواتٍ للتَّخفيف من انزعاجها. وعندما أمكنَ التعرفُ إلى العاملِ المُستأرج Allergen ومعالجته بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد، شُفِّيت من عَدَوَى الخُمائر المُزمنة.

مُتَلَزِمَةُ التَّعَبِ المَزْمِنِ

هي مَرَضٌ مُزْمِنٌ يُصيب كاملَ الجسم، ويتصفُّ بتعب مُنهك ومشاكل مُستديمةً أخرى، مثل الحمى الخفيفة والتهاب الحلق والأرق أو النَّعاس والعجز عن

(1) الجُلْدَةُ هي الاستطالة الطويلة للطبقة القرنية من السَّطح العميق للطبقة الظرفية القرنية، وتبدو بشكل جلد رقيق متشابك وملتصق من جسم الظفر عند جزئه القريب.

التَّركيز وآلام العضلات والمفاصل وتضخُّم أو ألم العقد اللمفيَّة والتعب العضلي المعمَّم والصداع والنسيان والتهيج المفرط والتخلُّط وصعوبة التفكير والاكتئاب وفقد المتعة بالحياة. ويُصنَّف الأشخاص الذين يُعانون من جميع أو بعض هذه الأعراض ضمن مجموعة مُتلازمة التعب المزمن Chronic fatigue syndrome. وقد وُضِعَ هذا التعريفُ لمتلازمة التعب المزمن من قِبَل الباحثين، ونُشرَ في آذار/مارس من العام 1988 في "حوَلِيَّات الطبِّ الباطني Annals of Internal Medicine". وكان يُطلَقُ سابقاً على هذا المرض اسم الإصابة بفيروس إيبشتاين - بار المزمنة Chronic Epstein-Barr virus (CEBV) أو مُتلازمة فيروس إيبشتاين - بار المزمنة أو كَثْرَةُ الوَحيدات المزمنة Chronic mononucleosis. وقرَّرَ الباحثون أنَّ اسمَ مُتلازمة التعب المزمن تدلُّ بشكل أفضل على الأعراض الرئيسيَّة، من دون أن تُوحى بالسَّبب، لأنَّه لا يوجد من يعرف سببَ هذه المتلازمة.

وفي رأيي، السَّببُ الرئيسيُّ لمتلازمة التعب المزمن هو التحسُّس: للأطعمة (السكر، الفيتامين B المركَّب، النشويَّات، الكحول، الحديد، الدَّهن، الحموض الأمينيَّة، المعادن، النُّحاس، الرُّصاص، ماء الحنفيَّة، التوابل، المُضافات الطعميَّة Food additives، مَلَوِّنات الطَّعام، الهرمونات)، المواد البيئيَّة (المواد الكيميائيَّة، الخشب، الفورمالدهيد، الأقمشة، السجَّاد، المنظِّفات، الجرائد، الحبر، مبيدات الحشرات والهوام، المزوِّقات ومواد التَّجميل)، العوالم المُعدِّيَّة (الجراثيم، الفيروسات، الطُّفيليَّات، مبيدات الحشرات والهوام)، والعوالم النَّفسيَّة (الطلاق، الإجهاض، الفَقْد المفاجيُّ للأحبة... إلخ). ويكُون لدى بعض المُصابين بمتلازمة التعب المزمن تحسُّسٌ لكلِّ شيءٍ، بما في ذلك مُفرِّزات الجسم الخاصَّة بهم (اللَّعاب، الدَّم، البول، المخاط... إلخ). ونحن نَرى الكثيرَ من المَرَضَى الذين اعتادوا على الذَّهاب إلى عيادات مُتلازمة التعب المزمن طوال سنوات، مع القليلِ من النَّتائج. وعندما يُعالجون من الحالات التحسُّميَّة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، يستجيبون جيِّداً. ويحتاج المُصابون بمتلازمة التعب المزمن عادةً إلى مئات الجلسات العلاجيَّة بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد حتَّى يَعودوا إلى حياتهم الطبيعيَّة. وقد عُولِجَ بعضُ مَرَضانا المُصابين بمتلازمة التعب المزمن بجلستين أو ثلاث في الأسبوع في عيادتنا على مدى 3 - 4 سنوات قَبْلَ أن يَتمكَّنوا من استئنافِ حياتهم الطبيعيَّة.

كانت امرأة عمرها 35 سنة تُعالج من مُتلازمة التَّعب المزمن وفيروس إشتاين - بار، وكانت عاجزة طوال 3 - 4 سنوات. ورغم جميع المعالجات والتغذية الجيدة التي تلقَّتها، زادت مشاكلها سوءاً. وقد جرى تقييمها بشكل شامل في عيادتنا، وتبين أن لديها تحسُّساً تجاه جميع الأطعمة والأقمشة. وكانت مَسْرورة بمعرفتها أنها كانت تُعاني من حالات تحسُّسية (أَرَجِيَّة)، وليس من مرض عضال ما؛ ففي غضون بضعة أشهر من زيارتها الأولى، أخذت تُبدي تحسُّساً ملحوظاً. وقد أصابت مُعظَمُ المُستأرجات Allergens في حالتها خططي الطَّحال والقلب. لقد خضعت لمعالجة مستمرة طوال 4 - 6 أشهر (3 - 4 زيارات أسبوعياً) للتخلُّص من جميع الحالات التحسُّسية لديها. وفي نهاية هذه الفترة، شعرت بأنها باتت طبيعيَّة تقريباً، وبدأت تعمل بشكل مُننَّظ.

وُجد أن امرأة شابة عمرها 28 سنة، كانت تُعالج تجاه فيروس إشتاين - بار طوال سبع سنوات، متحسِّسة أيضاً للأطعمة والمواد الخارجِية والأقمشة والماء، ولوحظ أن لديها تحسُّساً شديداً لماء الحنفية العادي، حيث شملت الإصابة خطوط قلبها ومعدتها وطحالتها ومرارها وأمعانها الغليظة. وبعدَّ المعالجات في عيادتنا على مدى سنة تقريباً، أصبحت قادرة على العمل مُدرَّسة بدوام كامل. هذا، ولقد عولجت الكثير من الحالات الخفيفة والمتوسطة لمتلازمة التعب المزمن بنجاح بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد.

يمكن أن يُساهم الاستعداد الوراثي Genetic predisposition في مُتلازمة التعب المزمن، تماماً مثلما نرى في حالات التَّحسُّس (الأَرَجِيَّات). ويُبدي مُعظَمُ المُصابين بمتلازمة التعب المزمن تحسُّساً وراثياً للحالات الأَرَجِيَّة. ونحن نعيش في بيئة من التلوث الكهرومغناطيسي Electromagnetic pollution؛ فكلُّ أنماط الطَّاقات تُقذِف أجسامنا من جميع الاتجاهات، ممَّا يُؤدِّي إلى عواقب مستمرة وإلى طيف واسع من الاضطرابات النَّفسية والفيزيولوجية. وقد يُسبِّبُ التلوث الكهرومغناطيسي في الوقت الحاضر ضعفاً في الجهاز المناعي؛ ولا تظهر تأثيراتُ أمراض العوز المناعي بشكل واضح ما دام لدى المرضى أجهزة مناعية قويَّة؛ ولا تُؤثِّرُ الحالات التحسُّسية في الجسم كثيراً في هذه الحالة؛ ولذلك ينبغي أن تُقوَّى الجهاز المناعي، وتقوَّى وظيفه غُدَّة الثَّوتة (الثَّيموس) Thymus gland والطحال والجريان اللَّمفي ونقي

العَظْم؛ فإذا كنت تُعاني من مُتلازمة التَّعب المُزمن ومن عِلل مُتلازمات العَوَز المناعي الأخرى، قد تُصبح قادراً على مُقاومة هذه الأمراض في نهاية المطاف إذا وصلت إلى نقطة تُحَقِّق طَرَأَتِ التَّوَازُن مرتين في اليوم.

قد يُؤدِّي الإشعاعُ الكهربائي والحاسوبي عَوَاتِق في الطَّاقة في الجسم؛ ونحن نُشاهد ونُعالج الكثير من الأشخاص في عيادتنا مَن يَتفاعلون للمواد والإشعاع الحاسوبيين. هذا، وقد كان رجلٌ عمره 48 سَنَةً (مُبرِّمج حاسوب) يُعاني من تعبٍ شَدِيد وصُداع مُتكرِّر وأرقٍ ومُتلازمة تَهيج الأمعاء طوال 8 سنوات ماضية. وقد تزامن ذلك مع عَمَلِهِ مبرِّمجاً حاسوبياً طوال 8 سنوات أيضاً. ولقد تبيَّن أن لديه تحسُّساً هاماً للإشعاع الحاسوبي، والذي أصاب 12 خطأً من خُطوط الطَّاقة لديه. وعندما عُولِجَ بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد تجاه الإشعاع والحالات التَّحسُّسية المختلفة، أصبح قادراً على استئناف حياته الطبيعيَّة من جديد. وبعد مرور 6 سنوات، لا يزال خالياً من الأعراض.

شُخِّصَت مُتلازمة التَّعب المُزمن عند ماري Mary، البالغة من العمر 24 سَنَةً، منذ 4 سنوات؛ وكانت تُعاني من تشوُّش ذهني شَدِيد وضعف في الذاكرة وآلام فُجائية بارقة في رأسها وإحساس مُفْرِط بالجوع وأرقٍ وإمساك شَدِيد؛ فَبَعْدَ حادثة كرة قدم عندما كانت بعمر 16 سَنَةً، وُضِعَتْ لها غُرْسَةٌ من الفولاذ المقاوم للصدأ في ركبتيها. وعندما عُولِجَتْ تجاه الفولاذ المقاوم للصدأ خَفَّ التشوُّشُ الذهني لديها، وأصبحت ضربات قلبها مُنْتَظِمةً، كما انتظمت شهيتها للطعام واختفت الآلام البارقة الحادة، وأصبح نومها أفضل وتحسَّنت مُتلازمة التَّعب المُزمن لديها. لقد كان التحسُّسُ للفولاذ المقاوم للصدأ هو المُسبَّب لمُعظم أعراضها المُزعِجة.

الاضطراباتُ العينية

تَنحُمُ المشاكلُ العينية في كثير من الأحيان عن الحالات التحسُّسية؛ إذ يمكن أن تَوَثِّرَ بَعْضُ العناصرِ الطُعَامِيَّةِ في خَطِّ الكبد، وتُسبِّبُ مُشاكلَ عينية. وربما يَكُونُ التهابُ الملتحمة واحمرار العينين والدمع من العينين والساد (الماء الأزرق) وارتفاع ضَغْطِ العينين بسبب التحسُّس.

كانت امرأة عمرها 51 سنة تُعاني من تشوش الرؤية، وكانَ عليها أن تغيّر درجة نظاراتها بين الحين والآخر؛ وقد تبيّن أن لديها تحسّساً لعناصر طعاميّة ومواد بيئيّة مختلفة، بما في ذلك العدسات اللاصقة والنظارات. وعندما عولجت تجاه جميع الحالات التحسّسية المعروفة، نقصت درجة النظارات الموصوفة لها، ولم تُعد تُعاني من تشوش الرؤية إلا عندما تأكل الأطعمة المحسّسة.

كان ولدٌ صغير، في السادسة من عمره، يُعاني من مشاكل في الرؤية والقراءة؛ وقد جيء به إلى طبيبيّ عيون مختلفين، وكانت وصفة النظارات هي نفسها بالضبط؛ وقد تبيّن أن لديه تحسّساً لأطعمة مختلفة؛ وعولج تجاه جميع الأرجيَّات المعروفة لديه؛ وفي غضون أقل من شهرين، بدأ يقرأ من دون نظارة، وذكر أنّه لا يستطيع رؤية أيّ شيء بالنظارة. وأخذ من جديد إلى طبيب العيون، وغيّرت درجة النظارة من -3.75 إلى -0.25. ولم يفهم طبيب العيون ما يمكن أن يكون قد حصل، واستنتج أن الفحوص العينية السابقة كانت غير صحيحة.

كان لدى شابٍ بعمر 18 سنة ورم شحمي بحجم حبة البازلاء على الجهة الخارجية من جفنه الأيسر السفلي، وقد بدا مثل وسادة كبيرة، وضايقه ذلك كثيراً. وقد تبيّن أن لديه تحسّساً تجاه شطائر زبدة الفستق التي كان يأكلها يومياً. وعندما عولج تجاه الفستق، اختفى الورم. واستناداً إلى هذا التفاعل تجاه زبدة الفستق، يمكن وضع فرضيّة تنصّ على أن الأورام الحميدة أو السرطانيّة تنجم عن الحالات التحسّسية غالباً. ويمكن أن يُساعد كشف أسباب المشاكل ومعالجتها على التخلّص من الأورام.

هل أستطيع أن أسمع من جديد!

أنا في السابعة والأربعين من عمري، ولدي نقص سمعي حسيّ عصبي Sensorineural hearing loss معتدل إلى شديد بالجابين طوال حياتي؛ وأخبرتني الأطباء واختصاصيو أمراض الأذن جميعاً طوال أكثر من 4 عقود بأنّه لا أمل بالشفاء، ولا يوجد شيء يمكن أن يحسّن سمعي؛ ورفضت تصديقهم لبدأ، وبحسب بشكل جدّي عن "الحقيقة" لأكثر من 20 سنة. وفي هذه الأثناء، وضعت معينات سمعيّة Hearing aids لمساعدتي على التكيف، فلما مهندس صناعي Industrial Engineer، وكنت أرافق كل يوم بلا أمل، إلى أن جاء يوم الجمعة 12 تشرين الأوّل/أكتوبر من العام 2001.

لقد عولجتُ من قَبْلِ اختصاصيين بطرائق مختلفة ومتعددة طوال حياتي بعد البلوغ، دونما فائدة أبداً. كما عالجتُ المعالجون اليدويون Chiropractors طوال حياتي، وكان اثنان من أفراد العائلة منهم، ولم يتحسنَ مني أبداً؛ ثم في يوم الخميس 11 تشرين الأول/أكتوبر من العام 2001، تلقيتُ أولَ مُعالجةٍ من الدكتورة ماريلين تشيرنوف Dr. Marilyn Chernoff في مركز الشفاء Healing Center في ألبوكيركو Albuquerque بالاعتماد على طرائق إزالة الحُسس بحسب نامبودريباد Nambudripads Allergy Elimination Techniques (NAET). ولم أشعر بشيء. وبينبغي أن أعترف بأنني كنتُ منذَها من ساطعةِ المعالجة، وأُحسستُ ببعض خيبة الأمل.

ولكن، وأنا في الطريق إلى العمل صباح اليوم التالي، سمعتُ ضجةً جديدةً عليّ؛ وكنتُ أضغُ معينةً سمعيةً واحدةً بدلاً من اثنتين، لأنّ الثانية لا تعمل؛ واعتقدتُ أنّ المحركَ يتخبطُ ويجب تثبيته، لكنني تأكدتُ من أنني كنتُ أسمع التفاف شريط المسجل، ولم أكن أسمعه قبل ذلك. وفي العمل، ذهبتُ إلى المرحاض وسمعتُ زمراً إلكترونياً عاليًا، فتعقبتُ الصوتَ ووصولاً إلى جهاز إلكتروني موجود بشكلٍ دائمٍ على الجدار، لكنني لم أكن أسمعه قبل ذلك، حتى بوجود المعينتين السَّمْعيتين. وبِتُ أسمعُ طوالَ النهار عالماً رائعاً من الأصوات، أصواتاً جديدةً لم أكن أسمعها من قَبْل، وأنا أسمعُ الآن أصوات احتكاك الأحذية بالسجاد مثل شخص يمشي في الرذّة، ونقر لوحه المفاتيح في المقصورة التالية، ووضَع كوب من القهوة يرفق في الجوار، وضحكات سيّدة على بُعد عِدّة مقصورات.

وفي عطلة نهاية الأسبوع، أصبحتُ أستطيع بسهولة سماع ابني يتكلم من المقعد الخلفي في شاحنتنا الصغيرة الصّليبية، حتّى بغياب المعينات السَّمْعية (السَّماعات). وفي يوم الاثنين اللاحق، نزعتُ المعينة السَّمْعية في العمل بعد أن تأكدتُ أنني أصبحتُ أسمع الفضل في أذني الأخرى! وفي الصّباح التالي بكيتُ وأنا أسمعُ إلى جميع الأصوات الموسيقية، وهي أصوات لم أكن أسمعها أبداً من الأغاني قَبْل ذلك.

لقد استمعتُ كُلَّ حياتي إلى الراديو (المذياع) وأنا أقود سيارتي إلى عملي (من دون معينات سمعية أيضاً). وأسهمتُ بعدَ ظَهْرِ ذلك اليوم بنشاطٍ في مؤتمر فيديو Videoconference، وفهمتُ بسهولة المحادثات التي لم يكن بمقدوري أن أفهم منها شيئاً قَبْل أسبوع. وسمعتُ المواء اللطيف من إحدى قططنا هذا الصّباح وهي تنصرف! فما هذا الصوت الجميل!

نَقْصُ السَّمْعِ

يمكن أن تُؤدِّي الحالاتُ التحسُّسية (الأرجيَّات) الطَّعاميَّة إلى نَقْصِ السَّمْعِ Hearing loss؛ ويبدأ بعضُ الأطفال المصابين بأرجيَّات طَعاميَّة شديدة يَفْقِدُون سَمْعَهُمْ عندما يكونون بأعمار صغيرة جداً. وتُعَدُّ عَدْوَى الأُذُن والحَلْق وسيلان الأنف ونزلات البرد المتكرِّرة والمشاكل التنفُّسية العلويَّة من العلامات المُنذِرة عند الرُّضْع والأطفال؛ فعندما يُصابون بعَدْوَى أُذُنِيَّة، يُفسِّر أطباءُ الأطفال الأمرَ لآبائهم عادةً على أن القناةَ الوَّاصلةَ بين الحَلْق والأُذُن قصيرةٌ جداً عند الأطفال، وأنَّ جُزْئِيَّات الطَّعام تدخل الأُذُن بسهولة وتُؤدِّي إلى عَدْوَى أُذُنِيَّة؛ لكنَّ هذا التفسيرَ ليسَ صحيحاً دائماً؛ فعندما يكون الطفلُ مُتَحَسِّساً مُسْتَحْضِرَ الحليب، يمكن أن يصلَ الطَّعامُ أو المُسْتَحْضِرُ إلى القَنَاة الأُذُنِيَّة Ear canal ويؤدِّي إلى تفاعلٍ تحسُّسي (أرجي) يُقلِّد العَدْوَى؛ فإذا قرَّرَ الوالدُ أو طيِّبُ الأطفال أن يُغيِّر المُسْتَحْضِرَ الغذائي للطفل إلى عناصر غير محسَّسة، لا يعاني الطفلُ من العَدْوَى الأُذُنِيَّة أو من معظم أمراض الطُفولة الأخرى غير المرغوبة.

أصيبَ رَضِيعُ عمره شهران، لديه قصَّة قِيء بعدَ كُلِّ وجبةٍ مع إمساك مُزْمِن، بالزُّكام، وترافقَ ذلك مع حمَّى خفيفة وسيلان أنفي وعَدْوَى أُذُنِيَّة؛ وكانَ هذا الرُّضِيعُ يُطْعَمُ المُسْتَحْضِرَ الغذائي الذي وصفه له طيِّبُ الأطفال، كما أُعطيَ مضادَّات حيويَّة لمدة 14 يوماً من دون أيَّة نتائج. وقد زارت جدَّةُ الطفل بيتَ والديه خلال ذلك الحين، واعتقدت أن المُسْتَحْضِرَ الذي يشربه الطفل قد يكون السَّبَبُ في مشاكله الصحيَّة؛ ونصحت الأم بالتوقُّف عن استعمال هذا المُسْتَحْضِر وجميع الأدوية، وإطعام الرُّضِيع حليباً عادياً مُجانساً Homogenized milk قليل الدهن (50٪)؛ وعندئذ، زالت عَدْوَى الأُذُن والحلق والسَّيْل التنفُّسي العلوي عن الطفل، واختفت الحمَّى الخفيفة في غضون يومين؛ وبدأ الرُّضِيعُ يستعيد عادات التغوُّط المنتظمة. لم يكن هذا الطفلُ متَحَسِّساً لحليب البقر العادي، إنَّما تجاه جميع مُسْتَحْضِرَات الحليب الأخرى. ولكن قد لا يكون كلُّ طفل موقفاً مثل هذا الطفل، لكنَّه يمكن أن يحصلَ على المُساعدة إذا اكتشفَ والداه والأطباء المُسْتَحْضِرَ غير المحسَّس.

مشكلة الوزن ومشكلة الخمائر من خلال طرائق إزالة التحسس بحسب

نامبودريباد

بدأت بزيادة الوزن في أواخر سنوات المراهقة، واستمرت الزيادة بمعدل 4.5 كغ سنوياً منذ ذلك الحين تقريباً؛ وقد جرّبت كل شيء يمكن التفكير فيه لتخفيف وزني، بما في ذلك 10 خطط مختلفة من الأنظمة الغذائية طوال سنوات؛ وكنت بالكاد أكل لأعيش، ولم أخسر شيئاً من وزني، وكنت أحرص كثيراً على المحافظة على ما زاد وزني سابقاً دونما زيادات جديدة؛ إن الأمر سيء، ومفرف ومُحبط، فلقد جرّبت حتى الأنظمة الغذائية (الجنينيات) الخالية من الخمائر وأدوية الدرقية ومضادات الاكتئاب والمليّنات، دون أن أجد جواباً لمُشّتي.

ثم أصبت بتحسس أنفي شديد، وبحكة وخرقة داخل منخري وخارجهما؛ كما أصبت بداء المبيضات المهبلية Vaginal candidiasis. ومرة أخرى، لم أستد من المعالجات؛ لقد بدا الأمر وكأن لدي مقاومة لجميع أنواع المعالجات. وقابلت سيّدة في مخزن للأطعمة الصحية، فافترحت علي طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، ولم يكن لدي أمل فيها أيضاً؛ ولكن ماذا لدي لأخسره؟

ومما أدهشني أن الممارس وجد سبب مشكلتي من أول زيارة. فقد كنت متحسسة لكل شيء أكلته. وبمرور الوقت، أنجزت المعالجات الأساسية بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، وكنت أرى النتائج؛ فقد توقّف تحسسي الأنفي، وبدأ وزني بالانخفاض، ببطء، ولكن بالتأكيد. وقد كنت سعيدة لأنني وجدت أخيراً ما يفيدني ويؤثر في؛ وتابعت طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد بانتظام، ثلاث مرّات في الأسبوع طوال السنوات الثلاث الأخيرة. وبعد نحو 150 جلسة علاجية بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد في عيادة الطبيب والكثير من المعالجات الذاتية في المنزل، أستطيع القول بأنني بحالة صحية جيّدة الآن، وقد أصبح وزني أقل بنحو 22.5 كغ عما كان قبل ثلاث سنوات.

واليوم، أقيس وزني كل صباح؛ فإذا وجدت أنه زاد حتى ولو نصف كيلو غرام، أجري الاختبارات العضلية (اختبار الحلقة) وأكتشف الطعام أو الشراب الذي تناولته في اليوم السابق وسبب هذه الزيادة في الوزن، وأعالج نفسي كل 15 دقيقة بمقدار 6 مرات قبل أن أكل أي شيء. الحمد لله على الفائدة التي حصلت عليها من هذه المعالجة، وعلى بقاء وزني طبيعياً، وعلى السيطرة التامة على مشكلة عدوى الخمائر لأول مرة منذ سنين؛ وشكراً لطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد مرة ثانية.

كانت تبْدُو على رَضِيعِ عمره 4 أشهر أعراض الزُّكام الخَفِيف، فأعطاه طبيبُ الأطفال المضادَّات الحيويَّة مدَّة عشرة أيَّام، وأشارَ إلى أنَّ الطفل مُصابٌ بِعَدْوَى أُذُنِيَّة، لكنَّ الرُّضِيعَ بدأ منذ الجرعة الثانية للدَّواء يَبْكِي باستمرار في السَّهار والليل من دون تَوَقُّف. واستمرَّ بالبكاء ثلاثة أيَّام وليَّتين من دون أيِّ نَوم أو طَعام. وقد تَبَيَّن أنَّ لديه تحسُّساً للمضادِّ الحيوي. وعندما عولجَ بنجاح بِتَجاه المضادِّ الحيوي، توقَّفَ عن البكاء، وبدأ يستعيد نَومَه لأوَّل مرَّة منذ 3 أيَّام؛ كما كان مُتَحَسِّساً للحليب الذي كان يشربه، وهذا ما سبَّبَ العَدْوَى الأذُنِيَّة في المَقامِ الأوَّل.

إذا سُمِحَ لِلتَّحسُّس الطَّعامي لدى الطفل بالاستمرار من دون معالجة أو جرى تجاهل ذلك، عندئذ ستتراكم التفاعلات التحسُّسية شيئاً فشيئاً، وسوف تُؤثِّر السُّموم الضارَّة بالذات في مَسالك الطَّاقة والسَّيْل والأعضاء العَصَبِيَّة والبنى ذات الصِّلَة؛ وإذا ما كان هدَفُ السُّم هو الأذن، يكون نَقْصُ السَّمْع هو النَّتِيجَة.

يَبْدَأُ معظمُ النَّاسِ يَفْقِدون سَمْعَهم في عمر متقدِّم، وهؤلاء هم الأشخاص الذين ربَّما يُصنَّفون في مَجموعَة التحسُّس الخَفِيف أو المتوسِّط؛ وقد لا تكون لديهم مَظاهر تحسُّسية كَثيرة جداً في شَبابهم؛ لكنَّ السُّموم المتراكمة نتيجة الحالات التحسُّسية البسيطة يمكن أن تُؤثِّرَ في سَمْعهم بِعمر متقدِّم؛ فإذا لم تكن لديك أَرَجِيَّات (حالات تحسُّسية)، يمكن ألاَّ يَحْصُل نَقْصُ السَّمْع لِجَرْد أنَّكَ أَصْبَحْتَ مسنّاً، فنَقْصُ السَّمْع بسبب تقدُّم العَمر ليسَ تَشْخيصاً مناسباً؛ فالكَثيرُ من النَّاسِ المُصابين بِنَقْصِ السَّمْع الذين يَشْرعون بِأكل الأَطْعَمَة الصَّحِيحَة (غير المورَّجة) يَلاحِظون تحسُّنَ السَّمْع لديهم؛ فإذا اكْتَشَفَت المشكلة في المَراحِل الأولى، يكون الشِّفاء الكَامل مُمكنًا؛ ويكون تَجَدُّدُ النِّسِيج المتضرَّر مُحتمَلاً عندما يكون الضَّررُ أَقلَّ من 20٪، وتَتَوَقَّع شِفاء تاماً بعدَ المَعالِجَة النَّاجِحة لِجميع الأَرَجِيَّات (الحالات التحسُّسية). وقد يَستغرقُ الأمرُ شُهوراً أو سنوات قبلَ أن تَحْصُلَ على نَتائِج مُرضِيَة. وأمَّا إذا كانَ الضَّررُ النِّسِيجي أَكْثَرَ من 20٪، فالمَعالِجَة يمكن أن تَقي من مَزِيدٍ من الضَّرر، وقد لا يكون الشِّفاء الكَامل مُمكنًا ما لم تكن دون السادسة

عشرة من العمر، حيث يكون الشفاء التام في هذه الحالة مُحتملاً إذا كانت المشكلة مُرتبطةً بالتحسُّس.

أخذت امرأة عمرها 32 سنة، منذ عيد الحب Valentine's Day، تُعاني من ألمٍ أُذني شديد وصُداع في جهة واحدة من الجسم، وقد راجعت طبيبها الباطني واختصاصياً في أمراض الأذن وتناولت المضادَّات الحيوية والمسكنات لمدة 20 يوماً، دونما فائدة. وعندما جاءت إلى عيادتنا، برفقة إحدى صديقاتها، كانت ترتدي قرطاً من الألماس في أذنها أهداها إياه زوجها في عيد الحب تعبيراً عن حُبِّه. وقد تبين أن لديها تحسساً لرأس القرط، فنزعته ووضعتة جانباً، وفي غضون دقائق معدودة زال ألمها وانزعاجها. وأخيراً، عولجت تجاه رأس القرط، فاستطاعت بذلك ارتداءه من جديد وشكرت زوجها.

وهناك قصة أخرى مُشوقة لنقص السَّمع حصلت عند شاب بعمر 18 سنة؛ فبعد أعياد الميلاد، أخذ يُعاني من احتقان وامتلاء في أذنه اليسرى طوال شهر؛ كما عانى من طنين متكرّر في الأذنين ودوخة وصمم خفيف إلى متوسط في الأذن اليسرى؛ وكان يظنُّ أنه مُصابٌ بنزلة برد لبضعة أيام، فلم يفعل شيئاً حيال ذلك. ولكن عندما استمرت الأعراض، راجع طبيباً باطنياً شخّص له عدوى أذنية خفيفة، ووصف له مُزيل احتقان ومُضاداً حيوياً؛ وقد جرّب هذا العلاج، لكنّه لم يستفد كثيراً.

وأخيراً، جاء إلى عيادتنا. وعندما قُيِّم، وُجد أنه متحسّس بشدّة للمعادن، وكان يرتدي ساعة يد معدنيّة صفراء جديدة، وأعلّمنا أنها كانت هدية من إحدى صديقاته في عيد الميلاد، وهو يرتديها منذ ذلك الحين، حتّى في أثناء نومه. وكانت الساعة تَمسُّ "سان جياو San Jiao 5 5"، وهو أحد المواضع الرئيسيّة لخطّ الوخز الإبري لسان جياو، ومسؤول عن عافية السَّمع والوظائف الأخرى ذات الصّلة؛ وكانت الساعة تُخرّشُ هذا الموضع باستمرار، وأدّت إلى انسداد في ذلك الخطّ، ممّا سبّب جميع الأعراض لدى الشاب. وإذا لم يُعالج ذلك، تُصبح العوائق أكبر وتتضرّر النُسج ذات الصّلة؛ وتكون النتيجة النهائيّة هي الصّمم التام.

الطنينُ في الأُذن

كنتُ أعاني من طنينٍ شديدٍ في الأُذنين طوالَ سنواتٍ؛ ولم يكن شديداً في البداية ولا يحصل إلا عندما أكون بحالة راحة؛ ثم أخذَ يتفاقم بالتدريج، ويزعجني طوالَ اليوم. وقد جرّبتُ معالجاتٍ مختلفةً، دونما فائدة. وأخيراً، سمعتُ عن طرائقٍ لإزالة الشخس بحسب نامبودريباد، وفيمتسي الدكتوراة ديفي في عيانتها وسألنتي عما إذا كنتُ أستعملُ وسائدَ من الريش. لقد كنتُ أستعملُ الوسائدَ واللحفَ من الريش منذ الطفولة، وأحبُّ وسائدي، وأحملها معي أينما ذهبتُ حتى في الإجازة. ولكن الدكتوراة ديفي نكرت لي بأن هذه الوسائد هي السبب في مشكلتي بسبب الريش، وطلبت مني البقاء في الفندق مدة 35 ساعة لأنه كان لدي الكثير من وسائد الريش وجزيئاته متلثرة في كل بيتي. وفي تلك الليلة نمتُ جيداً. وفي صباح اليوم التالي عندما استيقظتُ، لم أكن أشعر بالطنين في أذني. وبعد 35 ساعة، غنت إلى البيت ولا تزال من دون طنين في أذني.

الطنين

يمكن أن تُؤدّي المضافاتُ الطعميّة Food additives والمواد الحافظة Preservatives إلى طنينٍ في الأذنين. هذا، وقد كانَ حَنانُ Hanan يُعاني من طنينٍ Tinnitus في الأذنين طوالَ سبعة شهور، وزارَ اختصاصياً في أمراض الأنف والأذن والحنجرة، وأجرى عدداً من الفحوص المختبريّة، لكنَّ الطنينَ استمرَّ في الأذنين. وعندما جرى تقيّمه في عيادتنا من خلال طرائق اختبارات نامبودريباد العضليّة، تبيّن أن مشكلته مرتبطةٌ بالحُبوب التي كان يأكلها يومياً؛ كما وجدَ أنه مُتَحَسِّسٌ لحُبوب مُعيّنة يأكلها كلَّ يوم على الفطور. وتذكّرتُ زَوْجَتَهُ التي كانت تُرافقُه بأنّه كان قد بدأ بأكل هذا الصنف من الحُبوب قبلَ سبعة أشهر؛ وأحبّه كثيراً بحيث كان يميل إليه ويأكله على العشاء. ولكن بعد أن عُولجَ تجاه هذا الصنف من الحُبوب، تَوَقَّفَ الطنينُ في أذنيه، ولم يعدَ يميل إليه.

الدُّوار

كانت ماري Mary، البالغة من العمر 48 سنة، تُشكو من الدُّوار Vertigo على مدى أسبوع عندما جاءت إلى العيادة؛ وباستجوابها، تبيّن أنّها قد استبدلت

خلال الأسبوع الماضي نوعاً خاصاً من المحلّي الصناعي مكان السكر في قهوتها. وبعد معالجة تحسّسها تجاه ذلك البديل السّكري، زال الدُّوارُ عنها. قد تُؤدّي الحماثر والفيروسات والجراثيم ومُلوّثات الطّعام والمُضافات الطّعاميّة... إلخ إلى دُوار عند الكثير من النّاس؛ وتحصل عَوائق الطّاقة Energy blockages في خطّ الكلية أو الكبد عند الأشخاص المُصابين بالدُّوار. كما وُجد أنّ استعمال ماء المُدُن في بعض الأيام (الأمطار، درجات الحرارة الحديّة... إلخ) يُسبّب اضطراباً في تَوازن الأذن الباطنة ودُواراً عند الكثير من المرّضى في بعض المناطق الكبيرة. وبعد المعالجة بطرائق إزالة التّحسّس بحسب نامبودرياد، خفّ الدُّوار.

الاضطرابات الأليمة/الألم العضلي الليفي

هناك علاقة متواترة بين متلازمة الألم العضلي الليفي Fibromyalgia syndrome والتّحسّس؛ ويعني الألم العضلي الليفي ألماً في العضلات والأربطة والأوتار. ويكون السبب في الكثير من الحالات هو التّحسّس للطّعام (مزيج البيض، الكالسيوم، الفيتامين C، السكر، الفيتامين B المركّب، الحبوب الكاملة، الزّبادي، الخميرة، النشويّات، الكحول، الحديد، الدّهون، الحُموض الأميّنة، المعادن، الخضار، الطّماطم، البطاطا، الفليفلة، البصل، الثوم، الباذنجان، السّجائر، النيكوتين، الفُسفور، النّحاس، الرّصاص، ماء الحنفيّة، التّوابل، المُضافات الطّعاميّة، ملوّثات الطّعام والمُهرّمونات)، والمواد البيئيّة (المواد الكيميائيّة، الخشب، الفورمالدهيد، الأقمشة، السجّاد، المنظّفات، الجرائد، الخبز، مُبيدات الحشرات والهوام، ومواد التّجميل)، والعوامل النفسيّة (الطلاق، الإجهاض، الفقد المفاجي للأحبة... إلخ). ويكون لدى بعض المُصابين بمتلازمة الألم العضلي الليفي تحسّس لكل شيء، بما في ذلك مُفرّزات أجسامهم كاللّعاب والدّم والبول والمخاط... إلخ. وقد رأينا الكثير من المرضى الذين كانوا يذهبون إلى عيادات مُتلازمة الألم العضلي الليفي طوال سنوات مع نتائج قليلة أو معدومة. وعندما عولجوا من الأرجيّات (حالات التّحسّس) بطرائق إزالة التّحسّس بحسب نامبودرياد NAET، استجابوا بشكل جيّد جداً. هذا، ويحتاج مرضى مُتلازمة الألم العضلي الليفي إلى عدد كبير من

جلسات المعالجة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد حتى يعودوا إلى حياتهم الطبيعية. وقد كان بعض مرضانا المصابين بمتلازمة الألم العضلي الليفي يتلقون جلستين إلى ثلاث جلسات علاجية في الأسبوع على مدى 3 - 4 سنوات قبل أن يصبحوا قادرين على استئناف الحياة الطبيعية.

ويقول معظم المصابين بمتلازمة الألم العضلي الليفي بأنهم يتوجعون في كامل أجسامهم؛ حيث قد يشعرون بأن عضلاتهم مشدودة، كما تنتفض العضلات أحياناً، بينما تُشعر بالحرقة أحياناً أخرى. وتصاب النساء أكثر من الرجال بهذا المرض، لكنه يحصل في جميع الأعمار وفي كلا الجنسين.

تشتمل الأعراض المرافقة لهذا الاضطراب على الألم العضلي العميق والشعور بألم حارق ونابض وبارق وشديد؛ ويتفاقم الألم والتيبس في الصباح. ومن المشاكل المُشاهدة بشكل شائع عند المصابين بالألم العضلي الليفي نذكر التعب وتشوش الذهن واضطرابات النوم ومتلازمة تهيج الأمعاء وصُداع الشقيقة والمتلازمات الشديدة السابقة للطمث وتهيج المثانة والدوخة وجفاف الفم والجلد والعينين.

يتفاعل مرضى الألم العضلي الليفي تجاه معظم الأطعمة والمواد الكيميائية. وبما أن الحبوب الكاملة صعبة الهضم، يُنصح بأن يأكل الناس الأطعمة المحضرة جزئياً إلى حين إزالة التحسس تجاه المنتجات المفيدة والصحية.

كانت أمي Amy، البالغة من العمر 32 سنة، تُعاني من متلازمة الألم العضلي الليفي منذ أن كانت بعمر 18 سنة؛ وتبين أن لديها تحسناً لكل شيء حولها؛ حيث تتفاعل تجاه جميع أنواع الأطعمة ومُفرزات الجسم (الدّم، اللعاب، البول... إلخ) والمنظفات والمواد الكيميائية والأقمشة والبلاط وأغطية الأرضيات والسجاد وملءات الأسرة (الشراشف) والمواد البلاستيكية وحيواناتها الأليفة (القطّة، الكلب) والجرائد والأعشاب والعفن والأشجار والمضافات الطعمية ومستحضرات الدرق وأدوية الألم التي تستعملها. وكان عليها، مثلها مثل الكثير من من يجب أن يخضعوا لمئات الجلسات العلاجية بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد (مرة واحدة في الأسبوع على الأقل)، وقد تخلصت الآن من ألمها بنسبة 80%. وكانت قد جربت أنماطاً مختلفة من المعالجات للألم العضلي الليفي لديها سابقاً. وبما أن هذه هي

المعالجة الوحيدة التي منحتها بعض التحسن من ألمها والأمل بمستقبل خالٍ من الآلام، لذلك استمرت - من دون إضاعة حماسها - بالاستفسار عن جميع وسائل طرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد حتى تبلغ التحسُّن التام.

كان مايك Mike، البالغ من العمر 27 سنة، يُعاني من الألم العضلي الليفي طوال 9 سنوات؛ وقد عولج في الزيارة الأولى تجاه البيض والدجاج؛ وذكر في زيارته الثانية أنه تحسَّن بنسبة 90٪؛ وكان التحسُّن الرئيسي لديه تجاه البروتينات. ولكن بعد أن تلقَّى الجلسات العلاجية العشر الأساسية، تخلَّص من الألم بنسبة 99٪.

عانت سوزان Susan، البالغة من العمر 51 سنة، طوال 4 شهور من ألم وركبي شديد ومستمر، وكان الألم ينتشر من الورك الأيمن إلى الكاحل. وقد راجعت عدداً من الاختصاصيين الذين يتعاملون مع تدبير الألم: المعالجين اليدويين واختصاصي الوخز الإبري واختصاصي الأعشاب والمعالجين الفيزيائيين، لكن ألمها استمر؛ وبقي الأمل لديها بالتحسُّن. وفي أحد الأيام، كانت ابنتها تُشاهدنا على التلفزيون، فاتصلت بعيادتنا، وجاءت بألمها إلينا للتقييم.

واكتشفنا، من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، أن أحد المستحضرات التي تستعملها هي السبب، فتوقفت عن استعمال مُستحضرات الفيتامينات والمعادن، لكنّها استمرت في تناول الأقراص الهرمونية التي وصفها الطبيب قبل أربعة شهور. وقد عولجت تجاه هذه الأقراص مباشرة. وبعد 30 دقيقة، أخذت تشعر بالانعتاق من الألم في ساقها. وهي لا تزال من دون ألم بعد مرور سنتين.

آلام رقبتي وتخلخل العظام

كنت أعاني طوال عقود من ألم رقبتي شديد يُخرى إلى تنكس قرصي Disc degeneration شخص لدي بالصور الشعاعية في أواخر العشرينات من عمري. وقد أصبح الألم، في أواخر الأربعينات من عمري، شديداً وأخبرني طبيب الأشعة العصبية Neuro-radiologist - استناداً إلى صورة حديثة بالرنين المغناطيسي - بأنه إذا لم يُجر لي تثبيت رقبتي، فهناك خطر لإصابتي بالشلل الرباعي. وبعد معالجتني من التحسُّن للكلسيوم، بما في ذلك عدد من المشاركات والثوليفات الغذائية، زال الألم. ولنا أخطأ لإعادة الصورة الشعاعية في غضون شهر لمراقبة عودة التمعن Remineralization في الفقرات الرقبية.

كانت تينا تأكل البطاطا على الغداء مع السلطة؛ وعلى الفور ظهر لديها ألم في منتصف ظهرها، فجاءت بعينة من غذائها إلى العيادة. وعندما عولجت تجاه البطاطا، تخلصت من ألم منتصف الظهر.

كانت مارجي Margie، البالغة من العمر 24 سنة، تشكو من أن يديها تُصابان بالخدر عندما تنام؛ وقد عانت من هذه المشكلة المميّزة التي تقلد متلازمة النفق الرسغيّ Carpal tunnel syndrome طوال تسعة أسابيع. وتبين، من خلال طرائق التشخيص الحركي، أنها كانت تأكل حلويات النشا المملوءة بالقشطة كل ليلة قبل الذهاب إلى النوم. وعندما عولجت تجاه الحلويات، لم تعد تشعر بالخدر في يديها حينما تذهب إلى سريرها.

يمكن أن تؤدّي الصُّحْفُ وحرر الصُّحْفُ إلى مُتلازمة النفق الرسغيّ بين قُرَائِها؛ وقد قَدِّمَتْ طَرائِقُ إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد تحسُّناً هائلاً للأشخاص الذين يُعانون من هذه المتلازمة.

مريض يستعيد استعمال يده من خلال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد

تعرّض رجل في الثلاثينات من عمره، كان يعمل كعامل يدوي، لإصابة هرمسية crush injury في يده اليمنى المهيمنة خلال عمله؛ ورأبته بعد نحو ثلاث سنوات من الحادثة؛ وكان خلال ذلك الوقت غير قادرٍ على العمل أو استعمال يده اليمنى التي كانت متجمدة بوضعية الإطباق، كما كان لديه ألم مستمر. ولم تكن العيادة التي أعمل فيها قادرة على القيام بالمعالجة الفيزيائية، لأن يده كانت حساسة جداً للمس. لذلك، طلبت منه تجربة طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وأظهرت الاختبارات العضلية أن لديه تحسُّساً لجميع العناصر العشرة الأساسية. وبعد أن تخلص منها، ظهر عليه تحسُّن مستمر. وبمرور الوقت، أصبح قادراً على استعمال يده بشكل كامل ومن دون ألم، ويمكنه استئناف عمله من جديد.

لا حروق إشعاعية!

لما أخذ التلحين من السرطان. واشتملت معالجات السرطان التي أجريت لي على معالجة كيميائية مكثفة طوال سبعة أشهر، ثم أُلقيت بمعالجة شعاعية لمدة 33 يوماً. وقبل بدء المعالجة الإشعاعية Radiation therapy، أخبرتني كُنتي بأنها خضعت لتجربة إيجابية بطرائق إزالة النخس بحسب نامبودريباد. وبناءً على طلبها، ورغم شكوكي، ذهبت للمعالجة عند الدكتور إيريك تومسون Dr. Eric Thompson، وخضعت للمعالجة تجاه المداواة الإشعاعية بطرائق إزالة النخس بحسب نامبودريباد. وقد حذرنِي الطبيب (طبيب الأورام Oncologist) والممرضات من الحروق الإشعاعية (وأشاروا إلى الحاجة إلى استراحة بعد الأسبوع الثاني أو الثالث)، ولكنهم صمّموا بعد 31 يوماً من الإشعاع عندما أصِبت بحروق شمسية خضراء فقط شبيهة بالجلد، وبحروق بسيطة بعد نهاية الجلسات العلاجية الثلاثة والثلاثين؛ ولم يُشاهدوا شخصاً يمرّ بهذا النمط من المعالجة ويخرج بهذه التأثيرات الجانبية البسيطة. وأنا أعتقد بصدق بأنّ المعالجات بطرائق إزالة النخس بحسب نامبودريباد، والتي قمتُها لي الدكتور إيريك تومسون وتيس قد أدّت إلى هذا الفرق.

وبعد فترة قصيرة أصِبت بونمة لمقية Lymphoedema نتيجة استئصال 11 عقدة لمقية بجراحة متعلقة بالسرطان؛ وكنت سقي تتورّم بشكل متكرر، وتؤدي إلى ألم يحرمني من النوم في بعض الليالي؛ وكنت أرّدي جوارب ضاغطة خضراء للتقليل من التورّم، لكنها لم تكن فعّالة دوماً ومزعجة جداً؛ ثمّ علّجنِي الطبيب تجاه "الجهل اللّمي" باستئصال طرائق إزالة النخس بحسب نامبودريباد، وفلّغني ذلك بشكل ملحوظ. ولا تزال سقي تتورّم أحياناً، لكنّ ذلك نادر ولا يصل إلى الدرجة نفسها التي كان يصل إليها من ذي قبل، ولم أَعُدّ أحتاج إلى الجوارب الضاغطة.

لقد كان لديّ العديد من الحالات للتخصّسية (الأرجيئات) الغذائية، فضلاً عن الأرجيئات البيئية والكيميائية؛ وقد عولجت تجاه "الأشجار"، وأصبحت الآن قارراً على المشي عبر الحديقة وعلى الذهاب إلى المخيمات والاستمتاع برائحة أشجار الصنوبر من دون الخوف من أيّ تفاعل تحسّسي، ولم أَعُدّ أصاب بالتهوّك بسبب الأنظمة أبدأ، وغوت قارراً على التمتع بحياتي أكثر الآن منذ أن تخلصت من التفاعل السلبي تجاه معظم الأغذية أو المواد الكيميائية أو البيئية من حولي.

لقد ساعدني كلٌّ من الدكتور إيريك وتيس كثيراً، بحيث أتمنى أن أساعدهما بطريقة أو بأخرى رداً للجميل، وقد شهدوا بأنّ تجربتي ستكون رائعة.

حسناً، هذه الرسالة ستكون شهادة، لكنها قبل كلّ ذلك هي فرصة لي حتى أقول شكراً لكما: على كلّ ما قمتُموه لمساعدتي على تحسين نوعية حياتي من خلال المعالجات بطرائق إزالة النخس بحسب نامبودريباد.

لم تعد طففتي تشكو من التهاب المفاصل الذئبي!

أودُّ أن أُعبرَ عن عمق امتناني وسعادتي للدكتورة ديفي نامبودرياد لقاء غابيتها ورعايتها لابنتنا نيثيا مينون Nithya Menon البالغة من العمر 3 سنوات، والتي كان مستوى العامل المضاد للنوى ANA لديها 7.4 بتاريخ 2001/8/15.

لقد كانت ابنتي تشكو من الألم، ولا تستطيع صعود الدرج في البيت ولا المشي؛ وقد رغبت طبيبة الأطفال بإحالتها إلى اختصاصي في علم المفاصل الروماتويدي عند الأطفال pediatric rheumatoid arthrology وفي طب العيون عند الأطفال Pediatric ophthalmology لمعالجة الذئبة Lupus.

وعندما أعلمتني طبيبة الأطفال بأن طففتي ذات الثلاث سنوات من العمر قد تكون ضحية الذئبة، انقطعت عن التفكير بضع ثوان. وأخيراً، حينما مشيتنا معاً، رفضت أن أصدق ذلك، ولم أقل أي شيء لطبيبة الأطفال المراعية لشعور الآخرين. وكانت تحاول مساعدة طففتي بما تعرفه فقط، ولم يكن لديها معرفة بالأسلوب الطبي البديل، كما لم تكن لديها فكرة عن معالجات أخرى مثل طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد الموجودة خارج النظام الطبي المعمول به. وفي السنة الماضية عندما عانت حماتي من قرحة هضمية نازفة طوال ثلاثة شهور، ولم يستطع اختصاصي طب الجهاز الهضمي Gastroenterologist أن يساعدها بكل الأدوية التي كانت تستعملها، راجعاً الدكتورة ديفي التي اكتشفت أن لديها تحسماً للأرز الذي تتناوله يومياً، وكان هو السبب في النزف المعدي لديها. وبعد إتمام المعالجة تجاه الأرز، توقف النزف، ولم تعد تعاني من هذه المشكلة منذ ذلك الحين.

اتصلت بعيادة الدكتورة ديفي على الفور، وطلبت موعداً لابنتي (2001/8/31)؛ وأخذت الدكتورة عينة من دمها الوريدي لمعالجتها تجاه الفيتامين C أولاً، ثم تجاه كل من الفيتامين C والدم معاً. وفي مساء اليوم نفسه بدأت تمشي من جديد من دون ألم. وقامت الدكتورة بعد ذلك بعدة معالجات أساسية لعاصر مشتركة، وأخبرتنا بأن علينا الانتظار مدة شهر لإعادة الفحوص المختبرية؛ وأجرينا الفحوص المختبرية في عيادة طبيب الأطفال في 2 تشرين الأول/أكتوبر 2001، وأخبرتنا الطبية بأن مستوى العامل المضاد للنوى ANA قد انخفض حتى 1.6 وأصبح العامل الروماتويدي سلبياً.

وفي 2000/2/11، كان مستوى العامل المضاد للنوى 2.3، ثم 3.4 في 2000/6/27، ثم 7.4 في 2001/8/15، ثم 1.6 في 2001/10/5 (أي بعد المعالجات بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد)؛ وهذا ما يتفق مع ما يتنبأ ما ذكرناه آنفاً؛ فشكراً جزيلاً.

العنوى

عندما تنخفضُ قدرةُ الجهاز المناعي، يمكن أن تُهاجمه العواملُ المُعدية Infectious agents، ممَّا يُؤدِّي إلى أمراضٍ عدوانيةٍ مختلفة. أمَّا عندما يكونُ الجهازُ المناعي قوياً، فلا تزعجنا الجراثيمُ أو الفيروسات.

حينما تشبَّهَ بآنك مُصابٌ بنزلة برد أو أنفلونزا، احصل فوراً على عينة من لعابك أو بولك، ووازن جسمك باستعمال النقاط الموصوفة في الفصل 11؛ فقد يقيك ذلك من الإصابة بنزلة برد أو أنفلونزا.

كانت جيل Jill، البالغة من العمر 55 سنة، تُعاني من عدوى فيروس إشتاين - بار ومن حالات تحسسية مختلفة. وبعد المعالجة تجاه الفيروس، أصبحت استجابتها مُشجَّعة جداً. وباستجوابها، وجد أن والديها وأعمامها وعمَّاتها اليابانيين ماتوا بالسل. وقد خضعت للاختبارات مباشرة، وعولجت من السل، وتخلَّصت من التحسس واستعادت صحتها من جديد.

التَّحسُّسُ تجاه تخدير الأسنان

عانت امرأة عمرها 28 سنة، طوال 3 أسابيع، من آلامٍ مُبرِّحة في فكِّها الأيمن، مع تورُّم في الجهة اليمنى من الوجه؛ وكانت قد خضعت لإجراء سنِّي قبل ثلاثة أسابيع بالضبط؛ فعادت إلى طبيب الأسنان عدَّة مرَّات تشكو من الألم نفسه بعد الإجراء السنِّي. وجرياً وراء نصيحة طبيب الأسنان، طبَّقت كمادات باردة وحارة وتناولت المضادَّات الحيوية والمسكِّنات دون أيِّ تحسُّن. وعندما جاءت إلى عيادتنا، وأُجريت لها اختبارات بطرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، تبيَّن أن لديها تحسُّساً للمخدِّرات (المُبنِّجات) السنية التي استعملت في الإجراء؛ وقد عُولجت تجاه المخدِّر بالضبط بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودريباد، وكانت النتيجة مذهلة: ففي منتصف المعالجة الموازنة بالوخز الإبري وعند الخطوة الأخيرة من طرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودريباد، وفي أقل من 20 دقيقة، زال التورُّم في وجهها تماماً. ومع نهاية المعالجة، تخلَّصت من الألم ولم يعد إليها أبداً.

خضع تشارلز Charles، البالغ من العمر 40 سنة، لإجراء سني قبل خمسة أشهر؛ ومنذ ذلك الحين، أخذ يُعاني من "طعم غريب شبيه بالفحم المخروق" في فمه؛ وأصبح يُنظف أسنانه ويتغرغر عدّة مرّات في اليوم للتخلّص من هذا المذاق الغريب، لكنّ الأمر لم يتغيّر؛ كما أخذ يشعر بتيار كهربائي في فمه بين الحين والآخر، وهذا ما أزعجه كثيراً؛ فأخبر طبيب الأسنان هذه الأحاسيس مرّات كثيرة، وقام الطبيب بفحص فمه بشكل شامل، وأرسله إلى البيت قائلاً بأنّ كل شيء على ما يُرام، لكنّ إحساسه غير صحيح.

وعندما جاء إلينا، ظهر بحالة يأس واضح؛ فقمّت بتقييم وضعه من خلال طرائق اختبارات نامبورديباد، ولاحظت أنّ المشكلة في التاج في فمه، إذا كان لديه تاج ذهبي واحد محشو بالفضة. وحصل تفاعل متبادل بين المعدنين، وأدت طاقة هذا التفاعل إلى شعوره بالتيار الكهربائي. أمّا رائحة الحرق فكانت نتيجة تأثر الطاقة مع ميناء الأسنان. وبعد معالجته تجاه الذهب والفضة والميناء، ثمّ تجاه هذه الأشياء معاً، زال الطعم الكريه والشعور المزعج لديه.

كانت لدى تينا Tina، البالغة من العمر 28 سنة، أسنان حسّاسة طوال خمسة شهور، حيث بدأت تشعر بالانزعاج عند شرب المشروبات الساخنة أو الباردة؛ وقد أعطاها طبيب الأسنان معجون أسنان خاصاً، وفحصها، ووجد أنّ لثتها متكمشة؛ وكانت الجراحة هي الطريقة الوحيدة لتصحيح المشكلة؛ لكنّ طبيب الأسنان، الذي كان ممارساً متدرباً على طرائق إزالة التّحسّس بحسب نامبورديباد أيضاً، وجد إصابة تحسّسية في أسنانها، فأحالتها إليّ. ومن خلال طرائق اختبارات نامبورديباد، تبين أنّها كانت متحسّسة لمعجون الأسنان الذي كانت تستعمله طوال الشهور الخمسة الماضية. وبعد معالجتها تجاه هذا الصنف من معجون الأسنان، عادت لثتها المنحسرة طبيعياً في أقل من أربعة شهور.

مَرَضُ حَوَالَى السِّنِّ

أعرفُ أنني كتبت رسالةً لتؤيِّ حولَ التأثيراتِ الرائعةَ لطرائقِ إزالةِ التَّحسُّسِ بحسبِ نامبودريباد، لكن عليَّ أن أُرسلَ رسالةً أخرى لك حولَ آخرِ المُكتَشَفاتِ؛ ففي 15/4/1996، ذهبتُ إلى طبيبةِ الأسنانِ لإجراءِ فحْصِ روتيني، فأخذتُ إختصاصيَّةً حَفِظَ الصِّحَّةَ Hygienist "عينةً" من لثتي ووضعتها تحت شريحة؛ فראيتُ ما أذهلني وأخافني؛ وقيلَ لي بأنَّ لديَّ بَوَادرَ مَرَضٍ في حَوَالَى لُثَّةِ الأسنانِ Gum periodontal disease. وفيما يلي أغرضُ المَظْطَباتِ:

الفحصُ الأوَّلِي في 15/4/1996

أنواع السَّلْمُونِيَّةِ Selenomonas spp	أعدادُ كبيرةٌ جداً
المتَحَوَّلُ (الأميبيَّة) Amoeba	13 - 24 في السَّاحَةِ المِجْهَرِيَّةِ
المتَشَعِّعَةُ (1) Actinobacillus	
الشَّعَائِيَّاتِ Actinomycetemycetomites	7 - 12 في السَّاحَةِ المِجْهَرِيَّةِ
مَلاحَظَةٌ: تُشيرُ الأَعْدَادُ المَذْكُورَةُ بِخَطِّ إلى النِّهَايَةِ العَظْمَى.	

جئتُ إلى عيادتِكَ للمعالِجَةِ بتاريخِ 17/4/1996؛ ووافَقْتُ إختصاصيَّةً حَفِظَ الصِّحَّةَ على القيامِ بفحصِ آخر تحت الشَّرِيحَةَ لمعرفةَ مدى كفاءةِ المعالِجَةِ، وكانتِ مَنْدَاشَةً! وقالتِ لا أحدٌ يتَحَسَّنُ بِمِثْلِ هَذِهِ المَمرَعةِ عَندَما تُكونُ الأَعْدَادُ مَرتَفَعَةً بِمِثْلِ هَذِهِ الدَّرَجَةِ؛ وكانتِ المَظْطَباتِ كما يلي:

أنواع السَّلْمُونِيَّةِ Selenomonas spp	لا يُوجَدُ
المتَحَوَّلُ (الأميبيَّة) Amoeba	1 - 6 في السَّاحَةِ المِجْهَرِيَّةِ
المتَشَعِّعَةُ (2) Actinobacillus	
الشَّعَائِيَّاتِ Actinomycetemycetomites	1 - 6 في السَّاحَةِ المِجْهَرِيَّةِ

واعتقدُ أنَّ البَيِّناتِ ذاتِ دَلالةٍ كافِيَّةٍ؛ فقد كانَ العاملونُ في عيادةِ طبيبةِ الأسنانِ مَندَاشينَ، ولم يكونوا على درايةٍ بالطَّرِيقِ العَلاجِيَّةِ البَديليَّةِ. واتصلوا بي ومسلَّوني عن رَقمِ الدكتورِ تروت Dr. Trott؛ كما اقترحتُ إختصاصيَّةً حَفِظَ الصِّحَّةَ أن أتلقَّى معالِجَةً أخرى على يدِ الدكتورِ تروت، ثمَّ أعودُ لإجراءِ إختبارِ آخر لمعرفة ما إذا كانَ سيحصلُ المَزيدُ من التَّحَسُّنِ.

(1) جَرائِمُ سَلْبِيَّةِ الغَرامِ.

(2) جَرائِمُ سَلْبِيَّةِ الغَرامِ.

المشاكل الصحية عند الأطفال:

الذاتوية (الانطواء على الذات؛ التوحد)، والربو والعدوى والحمى

استناداً إلى الجمعية الأميركية للتوحد Autism Society of America، هناك أكثر من خمسمائة ألف (500000) أميركي مصابون بشكل ما من التوحد (الانطواء على الذات) Autism. هذا، ويظهر العجز النمائي Developmental disability بشكل نموذجي خلال السنوات الثلاث الأولى من العمر، ويتصف بمشاكل في التفاعل المتبادل (التأثر) والتواصل مع الآخرين. ويؤدي الكثير من الأفراد حركات متكررة في الجسم، مثل خبط اليدين والهرزة، وقد يقاومون التغيير في الروتين؛ كما يمكن - في بعض الحالات - أن يبدووا تصرفات عدوانية أو مؤذية للذات.

يؤدي الحليب ومشتقاته إلى اضطرابات نقص الانتباه Attention deficit وفرط النشاط Hyperactivity disorders؛ كما أن الحليب هو أحد العوامل المتهمة في التوحد؛ فهؤلاء الأشخاص لا يستطيعون تحطيم (هضم) بروتين الحليب، وقد يدخل هذا البروتين غير المهضوم إلى الدوران ويصل إلى الدماغ، مما يؤدي إلى التهيج والتشنجات السلوكية. وبعد المعالجات الناجحة بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد، يتعلم الجسم تصنيع الإنزيمات الهاضمة المناسبة لتحطيم البروتينات.

يتحسس الكثير من الرضع تجاه أشياء مختلفة في محيطهم: مادة السرير، الرتوش على السرير، القماش المغطى للمفارش، الحلية البلاستيكية والمعدنية والدُمى، عربات الطفل، الثياب، القناني، الحلومات، الدهونات، الحفائظ، مستحضرات الحليب والأطعمة الأخرى... إلخ، فكل هذه الأشياء يمكن أن تؤدي إلى مشاكل صحية مختلفة عند الرضيع. كما قد يتفاعل الرضع والأطفال تجاه اللقاحات؛ فعندما يكون رضيعك طبيعياً خلال فترة الرضاع، ويصاب فجأة بتأخر في التطور والنماء أو بآفة مشكلة صحية غير مألوفة، تأكدي من جميع الأشياء الجديدة التي أدخلتها أو قدمتها إليه: الأطعمة، المشروبات، الدُمى، الثياب، الكتب الملونة، الطباشير، الفيتامينات، اللقاحات، المضادات الحيوية، مقعد الطفل الجديد، سروال التدريب، كرسي التدريب، صديق جديد، زيارة مكان جديد... إلخ.

طفح الحفاضة

كانت أبلتي بهر خمسة أيام عندما بدأت الكتورة ديفي معالجتها تجاه القطن، وبذلك استطاعت ارتداء حفاظتها. وعندما عثت طففتي إلى المعالجة اللاحقة، كان لديها طفح جفاف Diaper rash مزعج، لأنها كانت تتفاعل لطيب ثوبي؛ وتوصلت الكتورة ديفي إلى أن القرنييط الذي نكته هو السبب، حيث أصيبت طففتي كابتين Caitlin بامهال طوال الليل، مما أدى إلى ظهور الطفح في الصباح. وبعد أن عالجت الكتورة ديفي الطفلة وعالجتي من التحسس للقرنييط، اختفى الطفح والاحمرار تماماً في غضون 24 ساعة.

يُصابُ العديدُ من الأطفال بالتوحد بسبب التحسس للقاحات الطفولة؛ ومن الأسباب الرئيسية لاضطرابات نقص الانتباه وفرط النشاط والتوحد التحسس لشيء ما أكله الطفل أو شربه أو تنفسه أو حُفِنَ به (لقاحات).

أصيب ولدٌ عمره 6 سنوات بحمى خفيفة (38.3°) (درجة مئوية) تقريباً طوال اليوم على مدى 3 - 4 أسابيع؛ وقد جرب والداه عدداً من المعالجات المختلفة، بما في ذلك المضادات الحيوية، لكن الحمى لم تنخفض. وأخيراً، تذكرت أمه أن ولدها شرب قبل 4 أسابيع كأساً من شراب البيض Eggnog وتقياًه كله تقريباً بعد بضع دقائق من تناوله؛ كما تذكرت الأم أن بداية الحمى لديه كانت في ذلك الحين؛ وكان من مكونات شراب البيض جوز الطيب Nutmeg. وقد أظهرت اختبارات الاستجابة العضلية أن لديه تحسماً شديداً لجوز الطيب. وبعد المعالجة من جوز الطيب بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، انخفضت الحرارة لديه وعادت طبيعياً خلال ساعات.

يعاني الكثير من الأطفال من عدوى أذنية مُزمنة؛ والسبب الرئيسي للعدوى الأذنية عند الأطفال هو التحسس الغذائي أو البيئي. وإذا ما عُرف السبب عند ظهور أول علامة للمرض من خلال طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، وعُولج بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، يمكن تجنب الطفل ألماً وانزعاجاً لا ضرورة لهما بسبب العدوى الأذنية.

القيء

بدأت فتاة عمرها 4 سنوات تُعاني من القيء والحمى (39.5 درجة مئوية)؛ فأخذها والداها إلى طبيب العائلة الذي وصف لها المضادات الحيوية. وبعد ثلاثة أيام من المعالجة الدوائية الفموية لم تُظهر أي تحسُّن، حيث استمر القيء والحمى. وأخيراً، جيءَ بها إلى عيادتنا، واكتشفنا أنها قد أُعطيت مخلل الصُّبَّار Cactus pickle من قبل مُريِّتها، وأن لديها تحسُّساً شديداً تجاه الصُّبَّار. وبعد المعالجة تجاه الصُّبَّار، توقَّف القيء، ثُمَّ عادت حرارتها طبيعية خلال بضع دقائق.

الشلل المؤقت

كانت بنتٌ عمرها 3 سنوات في حفلة عيد ميلاد عند صديقة؛ وبعد الحفلة، بينما كان جميع الضيوف على وشك الانصراف، لاحظت أنها كانت تزحف على الأرض، فاعتقدت أنها مُتعبةً وناعسة بسبب الجوع واللهاج طوال المساء؛ ثُمَّ نامت في السيارة، وحملها والداها إلى سريرها في المنزل. وفي صباح اليوم التالي، عندما رفضت الاستيقاظ، انتاب والداها القلقُ واتصلا بالمُسعفين الاختصاصيين؛ وكانت الطفلة لا تزال تتنفس، لكنها فاقدة الوعي، وأُخذت إلى المستشفى بحالة غيبوبة Coma. وبعد 72 ساعة، استيقظت لتجد ساقها مشلولتين دون مستوى الخصر؛ وبقيت في المستشفى 9 أيام إلى حين استقرار حالتها العامة، وأُرسِلت إلى البيت بتعليمات يجب اتِّباعها مع المعالجة الفيزيائية. وعندما كانت خارج المستشفى، جاء بها والداها - اللذان كانا مُتآلفين مع طرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد من جديد - إلى عيادتنا مباشرة؛ ووجدنا أنها قد أكلت قطعة كبيرة من كعكة الأناناس مع قطعة من الأناناس فيها. وكانت هي المرة الأولى التي تأكل فيها الأناناس؛ وتبيَّن أنها تتحسُّس للأناناس. وقد خضعت لعدة جلسات من المعالجة تجاه الأناناس؛ وبعد الانتهاء من المعالجة، بدأت تمشي وحدها، وتركت المعالجة الفيزيائية؛ فقد كان الشلل المؤقت لديها بسبب التحسُّس للأناناس.

لم أَعُدْ أَفَكِّرْ بِالْقَيْصَرِيَّةِ مَرَّةً أُخْرَى

مررتُ بوقتٍ صعبٍ حتى تعافيتُ في آخرِ مرتينِ خضعتُ فيهما للعمليةِ القَيْصَرِيَّةِ Caesarian Section؛ وكنتُ مريضةً في معدتي طوالَ 3 - 4 أيامٍ بعدَ القَيْصَرِيَّةِ، ثمَ حدثتُ عنقوى في الفَرْزِ الجراحيةِ. وعانيتُ لأكثرَ من شهرٍ من التوعكِ بسببِ أشياءٍ مختلفةٍ بعدَ العمليةِ. وفي أثناءِ حملِي هذا، قابلتُ الدكتورة ديفي وعالجتني تجاهَ أرجلَيَّ مختلفةٍ اشتملت على التحسُّسِ للمخدراتِ (المَبْتَجَاتِ) والفَرْزِ الجراحيةِ والغلوكوناتِ والمحلولِ الملحيِ النظميِ والمُرَكَّباتِ... إلخ. والعلاصِرِ المختلفةِ المستعملةِ في الجراحةِ، بما في ذلكِ المورفينِ... إلخ. وفي هذهِ المرةِ، لم أشعرَ بأيِ توعكٍ بعدَ العمليةِ القَيْصَرِيَّةِ. وفي اليومِ الرابعِ، تُرِيتُ الفَرْزَ وذهبتُ إلى البيتِ سعيدةً كما ينبغي أن أكونَ. وطمَنتني من الأطباءِ والمستشفياتِ أن يَلمَهموا ويَتَبَنَوا طرائقَ الدكتورة ديفي، وأن يساعدوا مئاتَ المرضى اليائسينِ مثلي!

التَّهابُ الحَلْقِ بِالْجَرَاثِيمِ الْعَقْدِيَّةِ (العَقْدِيَّاتِ)

أُصِيبَتْ فَتاةٌ عَمَرُهَا 11 سَنَةً بالتَّهابِ الحَلْقِ Sore throat وأصبحت مُتَوَعِّكةً بشدَّةٍ، فأخذَ طَبيبُ الأطفالِ مَسْحَةً من حَلْقِها Throat swab، ووجدَ أنَ لديها التَّهابَ الحَلْقِ بِالْجَرَاثِيمِ الْعَقْدِيَّةِ Strep throat، فأعطاهَا مُضَادَّاتٍ حَيَوِيَّةً لِمُدَّةِ سَبْعَةِ أَيَّامٍ. وبدلاً من أن تَتَحَسَّنَ، زادَ التَّهابُ الحَلْقِ لديها سُوْءاً؛ ثُمَّ جِيءَ بِهَا إلى عِيادَتنا. ومن خلالِ الفَحْصِ الحركي، استَطَعْنَا اقْتِفَاءً سببَ التَّحَسُّسِ المُؤَدِّيِ إلى الأَعْرَاضِ الشَّيْبِيَّةِ بالتَّهابِ الحَلْقِ بِالْعَقْدِيَّاتِ؛ فَكَانَتْ قَدْ أَكَلَتْ حُلُوى مَعِيْنَةً قَبْلَ تِسْعَةِ أَيَّامٍ مِمَّا أَدَّى إلى التَّهابِ الحَلْقِ لديها. وَعَندَما عُولِجَتْ بِتَجاهِ هذهِ الحُلُوى الخاصَّةِ، زَالَتْ الأَعْرَاضُ الشَّيْبِيَّةُ بالتَّهابِ الحَلْقِ بِالْعَقْدِيَّاتِ خِلالَ دَقَائِقٍ.

التَّشْنِجَاتُ (المَعْصُ) الشَّاذَّةُ

عَانَتْ فَتاةٌ عَمَرُهَا 12 سَنَةً مِنْ تَشْنِجَاتِ Cramps بَطْنِيَّةٍ مُتَكَرِّرَةٍ. وَكَانَتْ تَتَغَيَّبُ عَنِ الْمَدْرَسَةِ فِي كَثِيرٍ مِنَ الْأَحْيَانِ بِحَيْثُ تَرَكَّزَ تَعْلِيمُهَا عَلَى الْبَيْتِ؛ وَقَدْ أَعْطَاهَا الطَّيِّبُ بَعْضَ الْأَدْوِيَةِ الَّتِي جَعَلَتْهَا تَنَامَ، وَلَكِنَّ الْأَنْزِعَاجَ الْمَعْدِي لَدَيْهَا اسْتَمَرَّ؛ وَفِي أَحَدِ الْأَيَّامِ، جَاءَتْ بِهَا أُمُّهَا إِلَى الْعِيَادَةِ. وَبَعْدَ فَحْصِهَا بِطَرَائِقِ اخْتِبَارَاتِ نَامُبُورِيْبَادِ الْعِضْلِيَّةِ، تَبَيَّنَ أَنَّ لَدَيْهَا تَحَسُّساً لِلْقَرْنِيْطِ. وَمِمَّا أَنَّ أُمَّهَا

أصبحت نباتية منذ بضعة شهور، لذلك صاروا يأكلون الكثير من القرنبيط يومياً. وعندما عُولِجَت من التحسُّس للقرنبيط بطرائقٍ إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودريباد، زالَ عنها التشنُّجُ المعدي.

قَارِحَاتُ الفَمِ

يمكن أن يؤدِّي التحسُّسُ للحليب والمَعْنَزِيوم والفيْتامين D والسكر والتوابل والدعامات في الفم والبدلات السنِّية إلى قرحات في الفم (قَارِحَاتُ الفَمِ) Canker sores عند الكثير من النَّاس. وتُعَدُّ قَارِحَاتُ الفَمِ مؤلِّمةً جداً ومهيِّجَةً. ومثلما هو الأمرُ في أي اضطرابٍ أَلْمِي، لا يستطيع المصابون بقرحاتٍ فمويَّةٍ أَكَلَ الأطعمةِ العاديةِ والقيام بوظائفهم بشكلٍ طبيعي.

عانت فتاةٌ عمرُها 13 سَنَةً من قرحاتٍ فمويَّةٍ متعدِّدةٍ ومؤلِّمةٍ، ممَّا جعلَ من الصعب عليها أن تأكلَ أيَّ طعامٍ عادي؛ وكانت تشرب بضعة أكواب من الحليب يومياً؛ وقد جَرَّبَت وصفاتٍ مختلفةً وأدويةً مَصْرُوفَةً من دون وصفة لمعالجة هذه القرحات، لكن دونما فائدة. وأخيراً، اكتشفت طرائقَ إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودريباد لدينا، وجاءت لثرائي. ومن خلال طرائقِ اختبارات نامبودريباد العضليَّة، تبيَّن أنَّها تتحسَّس للحليب الذي كان السببَ في القرحات الفمويَّة لديها؛ ثُمَّ عُولِجَت تجاه الحليب، وكانَ عليها أن تبتعد عنه مدَّةَ 72 ساعة بعد المعالجة. وعندما عادت، كانت القرحات الفمويَّة لديها قد شُفِيَتْ ولم تُعَدَّ أبداً.

مُتَلَارِمَةٌ مَوْتِ الرُّضِيعِ الفُجَائِي

كان الرُّضِيعُ جون John بعمر أسبوعٍ واحدٍ عندما وجدته أمُّه في سَريره من دون أيَّة علامات للحياة، حيث لم يكن يتنفس. فأُمسِكَت به وهزَّتْه، واستدعى زوجها المُسْعِفِين. وفي غُضُون ثلاث دَقَائِق، وصلَ المُسْعِفُونَ ووجدوا أنَّ قلبه مُتَوَقَّفٌ، فاستعملوا مُزِيلَ الرجفان البطيبي Defibrillator وأنعشوه، فعادت الحياةُ إلى جون، واستعادَ تنفُّسه وضربات قلبه.

التحسُّنُ لدواء الربو لدى

أُصِبتُ بالربو منذ 13 سنة. وكنت أتناول الدواء بجرعة صغيرة، ولم أكن أدرك ذلك، لكنني لم أكن أحصل على المساعدة بالقدر الذي ينبغي أن يكون. وبعد أن أخبرني طبيبي بأننا بحاجة إلى وسائل أخرى للمساعدة (عشر سنوات من المعالجة، الاستشفاء، دخول المستشفى 'Hospitalization، المعالجة التنفسية)، لأنني استغفرت الجرعة القصوى من الأدوية، أُخبرتُ عن النكترة ديفي. وبعد أن بدأتُ المعالجة معها، تبين أن لديّ تحسُّناً لأكثر شيءٍ اعتقدتُ أنه يساعدني. ومنذ ذلك الحين، عولجتُ تجاه دواء الربو، ولما أعيش الآن بصحة جيّدة وأعمل بدوام كامل.

وأخذتُ إلى المستشفى ووضعتُ تحت المراقبة مدّة 48 ساعة، ثم أُعيدتُ إلى البيت مع جهاز مراقبة ذي صوت Beeping monitor. وكان الجهاز يُصدر صوتاً في كل مرة يتوقّف فيها التنفُّس، فُيعاد إلى المستشفى، ثم إلى البيت، بما يُعادل 5 - 8 مرّات في اليوم. وكان أمُّه وجدّته وأبوه يراقبونه عن كُتب طوال 24 ساعة. ومع أنّه كان بوضع جيّد في المستشفى، لكنّه تعرّض لتوقّف التنفُّس بشكل مُتكرّر في البيت. وتبيّن بعد ذلك أن لديه تحسُّساً للغطاء البلاستيكي الجذاب والمللحات البلاستيكية الأخرى على سريره. وبعد أن عولج تجاه هذه الأشياء بطرائق إزالة التحسُّس بحسب نامبودرياد، لم تُعدّ لديه أيّة مشاكل تنفسية.

الأدوية

استناداً إلى قضية مجلّة الرابطة الطبية الأميركية في 15 نيسان/أبريل 1998، تُعدّ الآثار الجانبية الناجمة عن الأدوية الموصوفة بشكل شائع والمضروبة من دون وصفة السبب الرئيسي الخامس للوفاة في الولايات المتحدة. ويُقدَّر بأن أكثر من 40000 أميركي يُضطرون إلى دخول المستشفيات سنوياً بسبب الآثار الجانبية لمضادات الالتهاب غير الستيرويدية -Nonsteroidal، anti-inflammatory drugs (NSAIDs): الأسبرين والأسيتامينوفين Acetaminophen (التيلينول، الأناسين 33، الإكسيدرین Excedrin) والإيبروفين Ibuprofen (الأدفيل Advil، النوبرين Nuprin). وفي الواقع، يموت أكثر من 6000 أميركي

سنوياً نتيجة المضاعفات المرتبطة بمضادات الالتهاب غير الستيرويدية؛ وتنجم هذه التأثيرات الجانبية عن التحسس لنواء معين. وفي الكثير من هذه الحالات، تؤدي الجرعة المقترحة لتفريج الألم إلى نزف معوي شديد؛ فإذا تناولت بعضاً من مضادات الالتهاب غير الستيرويدية مع الكحول، يزداد احتمال النزف الداخلي بشكل ملحوظ. كما أن الاستعمال المديد لمضادات الالتهاب غير الستيرويدية يمكن أن يؤدي أيضاً إلى طنين في الأذنين ومشاكل هضمية وفقد المهارات الحركية وضرر كبدي وكلوي. وإذا ما تناولت هذه الأدوية قبل الذهاب إلى النوم، يمكن أن يتوقف إنتاج الميلاتونين Melatonin في جسمك، وهو هرمون يساعدك على النوم.

يُسبب العديد من الناس تفاعلات تحسسية تجاه أدوية مختلفة، مثل المضادات الحيوية والمسكنات وأقراص الهرمونات ومزيلات الاحتقان ومضادات الاكتئاب وأدوية الربو... إلخ. وعندما لا يؤثر أحد الأدوية أو يؤدي إلى تفاعل تحسسي (أرجي)، يقوم الطبيب بوصف دواء آخر إلى أن تستنفذ جميع الأدوية.

وأخيراً، يفقد المريض التأمل بالشفاء السحري للدواء صبره وثقته بكفاءة العقاقير الصيدلانية Pharmaceuticals، وحتى بالأطباء. ويمكن أن يكون تفاعل المريض شديداً جداً، بحيث يُشكل بإمكانية النجاة من الحادثة. وأما إذا اختبر الدواء بالنسبة إلى التحسس والكفاءة قبل إعطائه، فلا يحتاج المرضى والأطباء والصيدلة إلى المرور بمثل هذه الأوقات العصيبة. ولذلك، ينبغي تعليم الاختبارات الحركية للحالات التحسسية والكفاءة في كليات الصيدلة والتغذية والطب البشري والطب اليدوي وطب الأسنان وجميع الكليات الطبية الأخرى. كما يجب أن يتعلم المساعدون والجراحون في غرف العمليات اختبار الحالات التحسسية تجاه المواد الجراحية ومواد الزرع Transplant materials والأعضاء المعدة للزرع Transplants... إلخ مع المرضى للتأكد من أنهم ليسوا متحسسين لها؛ فعندما تستعمل المواد غير المحسّسة في الإجراء الجراحي، تكون فرص التفاعلات ورفض الغرسات في الحد الأدنى، مما لا يزيد من رضا المرضى والعائلة فقط، بل الطبيب المعالج أيضاً.

الأسبيرين، هل يُسبب التهاب المفاصل؟

طلب مني أن أتناول قرص أسبيرين يومياً للمحافظة على نمي رقيقاً مائعاً، وبعد أسبوع من بدء هذه المعالجة، لاحظت أنني أخذت أشكو من آلام مفصلية متنامية وانزعاج مهدي لم يكونا من قبل. وقامت الدكتورة ديفي بتعقب هذه الأعراض الجديدة ووصولاً إلى التحسس للأسبيرين. وبعد العلاجات الناجحة تجاه الأسبيرين، زال سوء الهضم الذي دام 11 شهراً، فشكراً للدكتورة ديفي.

يتناول الكثير من الناس الأسبيرين يومياً للمحافظة على دمهم مائعاً للوقاية من النوبات القلبية؛ فإذا كنت متحسّساً للأسبيرين، عندئذ يحصل لديك عكس ما تتوقعه. لذلك، من المهم جداً أن تختبر الأسبيرين؛ وإذا ما كنت متحسّساً له، عالجه بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد قبل أن تتناوله يومياً. لقد وجد أن التحسس لأدوية الربو يُقاوم الحالة؛ ويُحاول الأطباء عادةً تبديل الأدوية لاكتشاف الدواء الأفضل بطريقة التجربة والخطأ. ولكن، ليس من الضروري لعب هذه اللعبة أكثر، إذ ينبغي أن يتعلم الأطباء والصيادلة الاختبارات العضلية لطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد لمعرفة الحالات التحسسية قبل وصف أو إعطاء الدواء؛ فإذا ما وجد تحسس للدواء الموصوف، يمكن تبديله إلى دواء آخر غير مُحسّس قبل إعطائه للمريض.

كانت ماريا Mariah، المدرّسة في منتصف الثلاثينات من عمرها، تُعاني من حكة وشرى شديد ومتكرّرين على مدى عدّة سنوات؛ وقد ذكرت أن مشاكلها بدأت بعد استعمال بعض حقن البنسلين قبل بضع سنوات. وتبيّن أن لديها تحسساً للبنسلين، وعولجت بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، فاختفت مشكلتها الجلدية بشكل سريع بعد المعالجة تجاه البنسلين.

أظهرت طرائق اختبارات نامبودرياد العضلية عند مايك، البالغ من العمر 42 سنة والمصاب بربو شديد، أن لديه تفاعلاً تجاه دواء كان يستعمله؛ فالأسبيرين الذي كان يتناوله يومياً للمحافظة على الدوران لديه صحيحاً تبين أنه السبب في إصابته بالربو. وقد عُولج تجاه الأسبيرين، واحتاج الأمر إلى سبع جلسات علاجية للتخلص من التحسس للأسبيرين. وعندما أنهى المعالجة بنجاح، توقّف الربو.

مُتَلَاَزِمَةُ تَمْلُمِلِ السَّاقَيْنِ

يُعاني الكثيرُ من النَّاسِ من مُتَلَاَزِمَةِ تَمْلُمِلِ السَّاقَيْنِ Restless leg syndrome التي تنجمُ عن عَوَاقٍ في خَطِّي الطَّحَالِ والكَلِيَّةِ بسببِ المُسْتَأْرَجَاتِ، حيثُ يحصلُ شُعُورٌ بِالوُخْزِ والانزعاجِ في آيَةٍ وَضَعِيَّةٍ، ويعملُ المُصَابُ على تَحْرِيكِ سَاقِيهِ وَرِجْلِيهِ إِلَى الأَمَامِ والخلفِ والجَانِبَيْنِ؛ وتَبْدُو السَّاقَانِ ثَقِيلَتَيْنِ أحياناً. ويمكنُ أَنْ تَنْجِمَ مُتَلَاَزِمَةُ تَمْلُمِلِ السَّاقَيْنِ عَنِ الحُبُوبِ وَالتَّنَاقُوقِ المَقْلِيَّةِ وَعَصِيرِ الفَوَاكِهِ مَعَ المُضَافَاتِ وَالمَلْسُونَاتِ وَالمُضَافَاتِ الطَّعَامِيَّةِ وَالمَوَادِّ الكِيمِيَاءِيَّةِ وَالمُنظِّفَاتِ وَالأَقْمَشَةِ وَالمُوسَائِدِ وَالشَّرَاشِفِ... إلخ.

كَانَتْ إِلِينَا Elena، البالغةُ مِنَ العَمَرِ 67 سَنَةً، تُعَانِي مِنَ مُتَلَاَزِمَةِ تَمْلُمِلِ السَّاقَيْنِ طَوَالَ عِدَّةِ سَنَوَاتٍ. وَقَدْ سَمِعَتْ عَنِ طَرَائِقِ إِزَالَةِ التَّحَسُّسِ بِحَسَبِ نَامِبُودِرِيَادِ، وَقَرَّرَتْ التَّحَقُّقَ مِنْ حَالَتِهَا؛ وَتَبَيَّنَ أَنَّ لَدِيهَا تَحَسُّساً لِلْأَثَانِ فِي غُرْفَةِ نَوْمِهَا: الصَّنُودُوقِ وَالمَطَاوِلَاتِ الجَانِبِيَّةِ وَإِطَارِ السَّرِيرِ وَمَقْدَمَتِهِ. وَبَعْدَ أَنْ عُولِجَتْ تَجَاهَ الْأَثَانِ، تَخَلَّصَتْ مِنَ مُتَلَاَزِمَةِ تَمْلُمِلِ السَّاقَيْنِ.

كَانَتْ بَاتِي Patty، البالغةُ مِنَ العَمَرِ 38 سَنَةً، مُتَحَسِّسَةً لِلشَّرَاشِفِ وَالمُوسَائِدِ؛ وَقَدْ خَفَّتْ مُتَلَاَزِمَةُ تَمْلُمِلِ السَّاقَيْنِ لَدِيهَا عِنْدَمَا عُولِجَتْ تَجَاهَ الشَّرَاشِفِ وَالمُوسَائِدِ لَدِيهَا.

الاضطراباتُ البُولِيَّةُ

كَانَ جُوسُ Jose، البالغُ مِنَ العَمَرِ 49 سَنَةً، مُصَاباً بِمَشَاكِلِ بُولِيَّةٍ طَوَالَ سَبْعِ سَنَوَاتٍ، حَيْثُ كَانَ يَتَبَوَّلُ بِشَكْلِ مُتَكَرِّرٍ، لَا سَيِّمًا لَيْلًا؛ وَلَمْ يَكُنْ يَسْتَطِيعُ النَّوْمَ وَيُضْطَرُّ إِلَى التَّهَوُّضِ 10 - 12 مَرَّةً عَلَى الأَقْلَى فِي اللَّيْلِ. وَبِمَا أَنَّهُ كَانَ مَدْرَسَ ابْتَدَائِيٍّ، كَانَ يَشْعُرُ بِالتَّعَبِ الشَّدِيدِ مَعْظَمَ الوَقْتِ بِسَبَبِ قَلَّةِ النَّوْمِ. وَقَدْ فَحَصَهُ اخْتِصَاصِيُّو الأَمْرَاضِ البُولِيَّةِ مَرَّاتٍ كَثِيرَةً، وَوَصَفُوا لَهُ مَضَادَّاتٍ حَيَوِيَّةً مُخْتَلِفَةً ظَانِّينَ أَنَّ لَدِيهِ عَدَوِيَّ فِي السَّبِيلِ البُولِيِّ وَالتَّهَاباً فِي البُرُوسَاتِ. وَلَكِنَّ أَيَّاماً مِنْ هَذِهِ الأَدْوِيَّةِ لَمْ يُفِدْهُ فِي شَيْءٍ، وَاسْتَمَرَّتْ مَشْلُكَتُهُ. لَقَدْ كَانَ يَأْسُ، وَتَرَكَ التَّدْرِيسَ لِفَتْرَةٍ مِنَ الزَّمَنِ.

عندما جاءَ إلى عيادتنا، كانَ بائساً تماماً؛ وأظهرت قصّته أَنَّهُ يتناول ثلاثة أكواب من القهوة مع مُحلٍّ اصطناعي كُلَّ صباح؛ كما كانَ يأكل دائماً شطيرتين من سَمَك التونا ليلاً ما بين الساعة 8 و9 مساءً. وأثبتت الاختباراتُ الإضافيةُ أَنَّ لديه تحسُّساً للمُحَلِّيات الاصطناعية. وقد وُجدَ أَنَّ المذاقَ الحلو في شَطائِر سَمَك التونا تحتوي على مُحَلِّيات اصطناعية، ممَّا أدَّى إلى تَبوُّله المتكرَّر طوالَ اللَّيْلِ. وَبَعْدَ أَن عُولَجَ بِطَرائِقِ إِزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد تجاه المُحَلِّيات الاصطناعية، شُفِيَتْ مشكلته المزمَنة.

عائتُ ماريان Marianne، البالغة من العمر 72، من تَبوُّل مُتكرَّر طوالَ 10 سنوات؛ وكانت تُجَبِّر على التَّهْوُض 5 - 6 مرَّات على الأقل كُلَّ ليلة؛ ولم تُكُنْ تَسْتَطِيع النَّوْمَ بِشَكْلِ مُتواصل، ممَّا جعلها مُتعبةً جداً. وقد فُحِصَتْ من قِبَل اختصاصيين في الأمراض البولية وأُعْطِيَتْ بعضَ المُضادَّات الحيويَّة اعتقاداً بوجود عَدْوَى مَثانِيَّة مُحتمَلة، دونما فائدة. كما بدأت تستيقظ شاكية من صُدَاع شديد صباحاً، وكانت في حالة عصبية فائقة عندما جَرى تَقْيِيمُها في عيادتنا. وقد تَبَيَّنَ أَنَّ لديها تحسُّساً شديداً للقُطْن، حيث كانت تستعمل القُطْن تحت مَلابِسها، ممَّا أدَّى إلى تَهيجٍ مَثانِي مستمر وتَبوُّل مُتكرَّر، بِشَكْلِ يُشَبِّه العَدْوَى المَثانِيَّة. هذا، وقد كانَ أَهداها ابنُ أَخِيها ثوبَ نومٍ قطنياً قبلَ سَنَةٍ بِمناسبة عيد ميلادها. وعندما كانت تنام مرتديةً ذلك القَمِيص، تُعاني من نوبات من الإغماء أو تستيقظ في الصُّبَّاح شاكية من صُدَاع الشَّقِيقة. وَبَعْدَ أَن عُولِجَتْ تَجاه القُطْن بِطَرائِقِ إِزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد، أَصبَحَتْ قادِرةً على التَّخَلُّصِ من مشاكلها بِشَكْلِ دائم.

مُتَلَزِمَةٌ شوغرن

مُتَلَزِمَةٌ شوغرن Sjogren's syndrome هي اضطرابٌ مناعي ذاتي مُزْمِن Chronic autoimmune disorder، تُهاجمُ فيه الخلايا المناعية الغُدَّة التي تُنتِج الدَّموعَ واللَّعابَ وتُخَرِّبُها. وَيَكُونُ العَرَضُ الرَّئِيسِيُّ هو جفاف الفم والعينين. وقد سُمِّيَ المرضُ باسم طبيب العيون السويدي الذي وصفه أوَّلَ مرَّة، الدكتور هنريك شوغرن Dr. Henrik Sjogren.

ويمكن أن تؤدي مُتلازِمَةُ شوغرن أيضاً إلى مشاكل في الأجزاء الأخرى من الجسم، بما في ذلك المفاصل والرئتان والعضلات والكلى والأعصاب والغدة الدرقية والكبد والبنكرياس والمعدة والدماغ (انظر الشكل 1). كما قد تُسبب مُتلازِمَةُ شوغرن جفافاً في الجلد والأنف والمهبل، ويمكن أن تُصيب أعضاء أخرى في الجسم، بما فيها الكليتان والأوعية الدموية والرئتان كما ذكرنا. ويُعدُّ العَمَى من المضاعفات النَّادِرة لِمُتلازِمَةِ شوغرن.

لا تزال أسبابُ مُتلازِمَةِ شوغرن غيرَ مَعروفة؛ لكننا رأينا استجابةً جيّدةً بمجرّد معالجة الأرجيّات الأساسيّة والفَيروسات والجراثيم بشكلٍ مُشتركٍ مع الفيتامين F (الفولات) والأغذية المخاطيّة.

وَجَعُ الْفَرْجِ

تصاحبُ ضُرُوبٌ مختلفةٌ من الأعراض مع ما يُدعى "وجع الفرج Vulvodynia"، والكلمة الأجنبية هي من أصل يوناني، وتعني "ألم الفرج". وتجدر الإشارة إلى أن ذلك يدلُّ على غُطٍ خاص من الألم الفرجي.

فالنساءُ المُصاباتُ بهذه الحالة يشكون غالباً من ألمٍ وانزعاج مُعمّمين في جلد الفرج، بما في ذلك الألم و/أو الحكّة واللّسع والشّعور بالجفاف والتورّم في كامل جلد الفرج، أو في أجزاء معيّنة منه، فضلاً عن أعراض مُماثلة في جلد الشرج.

من الشائع حصولُ فَرْطِ تحسُّسٍ على طول حافة الشُّفَرَيْنِ Small labia، ممّا يجعل المشي صعباً؛ كما يشيع أيضاً الألم أو الانزعاجُ عند لمس أو جَرُّ شعر العانة. ولا تستطيع بعضُ النساء حتّى ارتداء السروال الداخلي نتيجة ذلك. كما يوجد حكةٌ ولسعٌ في الشَّقَيْنِ أو التَّلَمينِ بين الشُّفَرَيْنِ والشُّفَرَيْنِ غالباً. ويَكُون البَظَرُ Clitoris مؤلماً أو مُفَرطَ التحسُّس أحياناً، وينتشرُ الألم أحياناً إلى البطن من البظر.

يتّصفُ ألمُ وجع الفرج بأنّه ألمٌ حارقٌ يحصل عادةً بشكلٍ رئيسي استجابةً للضَّغْطِ أو الشَّدِّ؛ ولكن يمكن أن يكون هناك ألمٌ متبقٍ أيضاً، وقد تشكو منه المرأة دائماً.

كانت شانا Shana، البالغة من العمر 23 سنة، تُعاني من وجع الفرج منذ أن كانت بعمر 10 سنوات؛ فأخذها والداها إلى عدد من الأطباء، بمن في ذلك أطباء الطبِّ القَرْبِيِّ والمعالجون الطَّبِيعِيُّون Naturopaths وحتى المعالجون بمذهب الشامانية⁽¹⁾، على أمل التخلُّص أو التَّخْفِيف من الألم المستمر الملح الذي تعاني منه الفتاة الصَّغِيرَة. وقد سمعَ عَمُّها، الطبيبُّ الممارس، عن مُعالجة وَجَع الفرج خلال حُضوره حلقة دراسية عن طرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد. وفي اليوم التَّالِي، جاءت إلى عيادتنا من ولاية أخرى، وبدأت المُعالجة الأساسية. وعندما عولجت تجاه مجموعة الفيتامين C بطرائق إزالة التَّحسُّس بحسب نامبودرياد، احتاجت إلى تكرار المُعالجة لإزالة التحسُّس نحو مجموعة الفيتامين C؛ فقد كان حَمَضُ الأوكساليك Oxalic acid في مجموعة الفيتامين C هو السَّبب في حالتها. وبعدَ مرور سنتين، لا يزال وجع الفرج خفيفاً.

لقد عالجتنا بضع حالات أخرى مُصابة بالمتلازمة الألمية نفسها؛ فقد كانت إحدى النِّساء مُتَحَسِّسَةً تجاه جَمِيع الأقمشة، وعانت من النَّمطِ نَفْسِه من الألم. كما عانت القليل من النِّساء من رُضوض الطُّفولة النَّفْسِيَّة Childhood emotional traumas التي سببت وجع الفرج؛ فكلُّ حالة فرديَّة ينبغي أن تُقِيمَ بِشَكْلِ مُفَصَّلٍ، وتحتاج المريضة إلى تحديد متطلباتها للحصول على نتائج مُرضية.

يُعَدُّ التهاب دهلِيز الفرج Vestibulitis أحدَ الأنماط الخاصَّة للألم الفرجي، حيث يُشيرُ المصطلحُ إلى ألم في "الدَّهْلِيز" أو المدخل إلى المهبل.

تُعاني بعضُ النِّساء المُصابات بالتهاب دهلِيز الفرج، وليس كلهن، من جماع مؤلم Dyspareunia؛ وقد لا يُشعرُ بالألم إلا عند الاتصال الجنسي أو إدخال المدخَّسات (السِّدَّادات) Tampons و/أو الجلوس. كما يَكُونُ لدى الكَثِيرَات من النِّساء المُصاب بألم فرجي أعراضٌ بوليَّة بدرجة ما؛ وقد تكون خفيفة جداً لا تؤدِّي سوى إلى تَبَوُّل متكرِّر ليلًا؛ ولكنَّ من الشَّائع حدوث هجمات التهاب المثانة المتكرِّر وإلحاحية التبوُّل، وحتى التهاب المثانة الخلالي Interstitial cystitis.

(1) الشَّامَانِيَّة: مَذْهَبُ الاعتقاد بالشيَّاطين.

مُتَلَاذِمَةُ الصَّدْمَةِ السُّمِّيَّةِ

تَتَفَاعَلُ بَعْضُ النِّسَاءِ بِشِدَّةٍ تَحَاةِ الْمُدْحَسَاتِ (الْقُوطِ النَّسَائِيَّةِ) وَالْمُنَادِيلِ الصَّحِيَّةِ فِي كَثِيرٍ مِنَ الْأَحْيَانِ، وَيُعْرَفُ ذَلِكَ بِاسْمِ "مُتَلَاذِمَةُ الصَّدْمَةِ السُّمِّيَّةِ Toxic shock syndrome" غَالِبًا. وَيَنْبَغِي مُعَالَجَةُ النِّسَاءِ الْمُصَابَاتِ بِهَذِهِ الشَّكْوَى تَحَاةِ كُلِّ صَنَفٍ مِنْ هَذِهِ الْمُدْحَسَاتِ وَالْمُنَادِيلِ الصَّحِيَّةِ لِتَجْنِبَ الْمَخَاطِرَ الصَّحِيَّةَ غَيْرَ الْمُتَوَقَّعَةِ. وَقَدْ تَبَيَّنَ أَنَّ جَمِيعَ هَذِهِ الْاضْطِرَابَاتِ نَاجِمَةٌ عَنْ حَالَاتٍ تَحْسُّسِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ، وَيُمْكِنُ مُعَالَجَتُهَا بِنَجَاحٍ بِطَرَاةٍ إِزَالَةِ التَّحْسُّسِ بِحَسَبِ نَامُودَرِيَادِ.

الاضْطِرَابَاتُ الصَّحِيَّةُ عِنْدَ حَيَوَانَاتِكَ الْأَلِفَّةِ

يُمْكِنُ أَنْ تُعَانِيَ الْحَيَوَانَاتُ مِنْ أَنْمَاطٍ مِنَ الْاضْطِرَابَاتِ مُعَاقِلَةٍ لِلْإِنْسَانِ؛ وَمَا أَنَّهَا قَدْ تَكُونُ جُزْءًا مِنَ الْعَائِلَةِ عِنْدَ الْكَثِيرِينَ، فَصَحَّتْهَا هَامَّةٌ أَيْضًا. يُمْكِنُ أَنْ تُصَابَ الْحَيَوَانَاتُ بِأَعْرَاضٍ وَأَمْرَاضٍ تَحْسُّسِيَّةٍ أَيْضًا: التَّحْسُّسُ لِلطَّعَامِ وَالْمَاءِ وَالْمَوَادِّ الْكِيمِيَائِيَّةِ وَالْفُورْمَالْدِهَيْدِ وَالسَّجَادِ وَالْعَوَامِلَ النَّفْسِيَّةَ (الْإِنْفِعَالَاتِ)؛ وَيَنْبَغِي أَنْ تُعَالَجَ تَحَاةِ الْمَجْمُوعَاتِ الْعَشْرِ الْأَسَاسِيَّةِ وَالْأَطْعَمَةِ الْجَافَّةِ وَالرُّطْبَةِ وَالثُّومِ وَالْحَشْرَاتِ وَمَاءِ الشُّرْبِ وَالرَّسَنَ وَالطُّوْقَ وَالدُّمَى وَمَقَارِشَ النَّوْمِ وَالْعُشْبَ وَمُبِيدَاتِ الْهُوَامِ وَالْحَشْرَاتِ وَالْمُسْتَأْرَجَاتِ الْآخَرَى مِنَ الْبَيْتَةِ وَالْفُطُورِ وَالْفَيْرُوسَاتِ وَالْإِنْفِعَالَاتِ تَحَاةِ أَصْحَابِهَا. وَبَعْدَ التَّخْلُصِ مِنَ التَّحْسُّسِ، يَجِبُ أَنْ تُعْطَى جَمِيعُ الْحَيَوَانَاتِ - مِثْلَ الْكِلَابِ وَالْقَطَطِ - قَصًّا مِنَ الثُّومِ يَوْمِيًّا لِإِبْعَادِ الْحَشْرَاتِ وَالْبَرَاعِثِ.

كَانَتْ سُوزَانُ وَعَائِلَتُهَا تَبْحَثَانِ عَنْ كَلْبٍ حِرَاسَةٍ Watch dog، فَوُجِدَتْ الْكَلْبُ بَات Bat، وَوَقَعَ أَطْفَالُهَا فِي حُبِّهِ. وَعِنْدَمَا جَاؤُوا بِهِ مِنْ مَالِكِيهِ السَّاقِيَيْنِ، كَانَ الْكَلْبُ بَاتِ الْبَالِغِ مِنَ الْعُمُرِ سَتَيْنِ يَبْدُو خَائِفًا طَوَالَ الْوَقْتِ، وَيَجْفَلُ لِأَدْنَى صَوْتٍ. لَقَدْ أَحَبَّتْهُ عَائِلَتُهُ الْجَدِيدَةُ كَثِيرًا. وَمَا أَنَّهُ كَانَ خَائِفًا جَدًّا، عَمِدَ أَصْحَابُهُ إِلَى أَخْذِهِ مَعَهُمْ أَيْنَمَا ذَهَبُوا، وَكَانَ يَرْفُضُ الْخُرُوجَ مِنَ السَّيَّارَةِ وَيَخْتَبِئُ تَحْتَ الْمَقْعَدِ، وَلَمْ يَكُنْ يَسْتَطِيعُ الْعَمَلَ مِثْلَ كَلْبِ الْحِرَاسَةِ. وَفِي صَبَاحِ أَحَدِ الْأَيَّامِ، بَدَأَ يَتَقَيَّأُ. وَمِنْ خِلَالِ طَرَائِقِ اخْتِبَارَاتِ الْإِسْتِجَابَةِ الْعِضْلِيَّةِ، وَجِدَتْ إِمِيلِي Emily أَنَّ الْكَلْبَ كَانَ

الفوز بالحمل من خلال المعالجات بطرق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا!

طرق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا هي إحدى المعالجات التي لا تزيل المرض فحسب، بل تحذف أيضاً ما الذي يسببه فعلاً؛ فبالنسبة لي فتحت الدكتور ديفي نامبودريدا بالتأكيد عالماً جديداً تلمأ من إزالة الشخص الحقيقية، مما أعطى أملاً كبيراً لجميع الأجيال القادمة. أنا كارول سي Carol Sy. كان لقايتي الأول مع طارق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا في العام 1995، في الفلبين. وبعد استشارة ميلت تينغ Millet Ting الممارسة المفردة على طرق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا هنا في مانيلا Manila، لم أكن أعتقد أنني سأواجه معركة مع مشكلتي. وكان كل ما يهمني من طرق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا هو تخفيف السبب المؤدي إلى تحسسي للبرد cold allergy، ومن ثم التخلص منه. كما كنت أعاني من آلام ظهرية متكررة وعُسر طمث Dysmenorrhea؛ واستغرقت بعض الوقت حتى أفهم المعالجة وألقاها بشكل جدي إلى أن تأكدت من أنني أخلص نفسي من جميع الحالات التحسسية لدي.

وفي عام 1997، بعد 6 سنوات من الزواج والإخفاق في الحمل، قررنا أنا وزوجي الصعي وراء المساعدة الطبية؛ وخلال ذلك، وجدنا أن لديّ انبعاثاً بطعياً رحمياً Endometriosis، وكان هذا هو السبب في عجزتي عن الحمل حسب رأي طبييتي.

أخبرتني ميلت أنها تستطيع معالجة الانبعاث البطاني الرحمي لدي بطرق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا، وأتتني سأخضع لتنظير البطن Laparoscopy لاستئصال الكيسات؛ وخضعت لتنظير البطن في آذار/مارس 1998 لتزوير العنقية؛ ثم تابعت العلاج بطرق إزالة الشخص بحسب نامبودريدا بتوليفت لكل من الرحم والهرمونات.

وفي الوقت نفسه، كنت لا أزال أستمسك بطبييتي النسائية التي أجرت لي تنقيحاً اصطناعياً (الإمضاء الاصطناعي) Artificial insemination، لكنه أخفق؛ فأخبرتني أن نقص تعداد النطف عند زوجي أصبح هو المشكلة، فقررت بقسة أن أتوقف عن طلب المعونة الطبية.

وفي حزيران/يونيو 1999، ذهبت إلى الولايات المتحدة، وأتيحت لي فرصة مقابلة الدكتورة ديفي نامبودريدا في عيالتها؛ فقامت بتكرار معالجاتي تجاه الهرمونات، وأعطتني أعشاباً لتقوية رحمي؛ وأخبرتني وثقة بأنني يمكن أن أحبل بعد ستة أشهر. وعدت إلى مانيلا ووضعت جثياً ما قللته الدكتور ديفي لي. وبما أنني قررت أن أحمل، ذهبت إلى الطبيب النسائية في تشرين الثاني/نوفمبر، وكنا قد فكرنا بإجراء الإخصاب في المختبر (in-vitro fertilization (I.V.F.) في بلجيكا. وقد أعطيت أملاً بالحمل بطريقة طبيعية. وجاء كلون الأول/ديسمبر، وبدأنا التحضير لمطلبات العنقية. وكنت خلال ذلك أصلي بواجتهاد كي أحمل بشكل طبيعي؛ واعتقدت أن ذلك سيكون بعد سنة أخرى.

وفي كانون الثاني/يناير 2000، تلغزت دورتي الطمثية، وكانت اللحظة التي أنتظرها، لقد أصبحت حاملاً وبدأت أعدّ الشهور، وتلغزت من أن ذلك كان بعد ستة شهور بالضبط من استئصاله، للكتابة، في ذلك..
والآن، أنا لم أُولد صحيح، ولوذا القول بأن حياتي لم تكن يمثل هذه السعادة والمعنى لولا طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وسأقتل ممثلة للكثيرة ديفي إلى الأبد لاكتشافها الحل والعلاج لأكثر المسائل الصحية المعقدة.

متحسّساً للماء، فجاءت به لمعالجته بطرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد. وذكرت أن بات قد قاء مرتين في الأسبوع بالتأكيد. وفي أثناء الفحص بطرائق اختبارات نامبودرياد العضلية، اكتشفت أن كان يتفاعل تجاه الماء بشكل انفعالي (نَفسي). وعندما كان صغيراً، كان متروكاً ومرفوضاً، وأثرت هذه العوائق النفسية فيه عندما كان يشرب الماء. وقد عُولج تجاه هذه الأشياء الانفعالية باستعمال طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد، وأُرسل إلى المنزل.

وبعد أسبوع، جاءت به إميلي لإعادة الفحص؛ "لقد أفادته المعالجة!" وصاحت: "لم يُعدّ يخاف الآن، فهو يخرج من السيارة وينظر فيما حوله، لقد أصبح كلبَ حراسة".

تُعدّ طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودرياد - حتى الآن - المعالجة المفضّلة للحالات التحسسية، وللتخلص من معظم المشاكل الصحية التي تنشأ منها؛ وهي أسلوبٌ ثوري جديد بالتأكيد.

وإلى حين فهم هذه الاضطرابات بشكل كامل، وتوفّر المعالجة بشكل واسع، ينبغي تشجيع المختصين على البدء بالتعامل مع مرضاهم في ضوء الأمراض البيئية. وهم بحاجة إلى التعرف إلى إمكانية الشفاء التي توفرها الطرائق الشمولية لعلم الحركة العضلية والمعالجة اليدوية والوخز الإبري.

قائمة بالمصطلحات

- **الأسيتالدهيد Acetaldehyde**: الأدهيد يُوجدُ في دخان السجائر وعوادم السيارات والدخان الضبابي (الضخان) Smog؛ وهو مُنتج استقلابي للمبيضة البيضاء Candida albicans، ويُصنع من الكحول في الكبد.
- **الأسيتيل كولين Acetylcholine**: ناقل عصبي يُصنع في الدماغ، ويُستعمل للذاكرة والتحكم بالإشارات الحسية الواردة Sensory Input والإشارات العضلية الصادرة.
- **الحضض Acid**: أي مركب قادر على تحرير أيون الهيدروجين، ويكون الرقم الهيدروجيني (بي اتش) pH أقل من 7.
- **حاد Acute**: شديد جداً أو قوي، مثل الألم؛ ويمكن أن يدل على المرض أو التفاعل الذي يكون مفاجئاً وشديداً.
- **التأقلم (تكيف) Adaptation**: قدرة الكائن الحي على إدخال عناصر جديدة في بيئته.
- **الإدمان Addiction**: حالة من الاعتماد تتصف بالميل الشديد إلى مادة ما عند الامتناع عنها.
- **مُضاف Additive**: مادة تُضاف بكميات صغيرة إلى الأطعمة لإحداث تغيير فيها بطريقة ما
- **الأدرينالين Adrenaline**: علامة تجارية لمستحضرات الإبينفرين Epinephrine، وهو هرمون يُفرز من الغدة الكظرية Adrenal gland؛ ويُستعمل تحت اللسان وحقناً لإيقاف التفاعلات التحسسية.
- **الأدهيد Aldehyde**: صنف من المركبات العضوية، يُستحصل عليه بأكسدة الكحول. ويُعد الفورمالدهيد Formaldehyde والأسيتالدهيد Acetaldehyde من أعضاء هذا الصنف من المركبات.
- **قلوي Alkaline**: أساسي أو قاعدي أو أيّة مادة تتقبل أيوناً من الهيدروجين؛ ويكون الرقم الهيدروجيني (بي اتش) أكثر من 7.
- **مُؤرج Allergenic**: مسبب أو منتج للتفاعل التحسسي (الأرجي).
- **مُستأرج؛ مُوكّد التحسس Allergen**: أيّة مادة عضوية أو لاعضوية في محيط الشخص أو ضمن الجسم نفسه تُسبب استجابة تحسسية (أرجية) عند الفرد. ويمكن أن يُؤدّي المُستأرج إلى استجابة متواسطة بالضدّ (بالغلوبولين المناعي E) IgE أو غير

متواسطة به عند الشخص. ومن المستأرجات المعروفة بشكل شائع: غبار الطلع، فطور العفن، قشرة الحيوانات، الأطعمة والأشربة، المواد الكيميائية من مختلف الأنواع مثل تلك الموجودة في الطعام والماء والهواء والأقمشة وعوامل التنظيف والمواد البيئية والمنظفات ومواد التجميل... إلخ، مفرزات الجسم، الجراثيم، الفيروسات، المواد التركيبية، الأبخرة، تلوث الهواء. كما أن الأفكار المزعجة نفسياً، مثل الغضب والخيبة... إلخ، قد تكون من المستأرجات أيضاً، وتؤدي إلى تفاعلات تحسسية عند الأشخاص.

■ **التفاعل التحسسي (الأرجسي) Allergic reaction:** أعراض مختلفة جانبية مميزة للشخص، تنجم عن استجابة الجسم عند التعرض للمستأرجات.

■ **الكدمات حول العين التحسسية Allergic shiners:** حلقات داكنة تحت العينين، تكل عادة على الحالات التحسسية (الأرججات).

■ **الأرجية (التحسس) Allergy:** هجمات الجهاز المناعي تجاه أشياء غير ضارة وريماً مفيدة تدخل الجسم. ويتحمل معظم الناس الاستجابات الشاذة تجاه لمواد بشكل جيد عادة

■ **الحمض الأميني Amino acid:** حمض عضوي يحتوي على زمرة أمينو (مثل الأمونيا) الكيميائية (amino (ammonia-like NH₃) chemical group؛ وتمثل الحموض الأمينية اللبنات التي تكون جميع البروتينات.

■ **الصدمة التأقية Anaphylactic shock:** تدعى التأق Anaphylaxis أيضاً؛ وهي تحصل بشكل مفاجئ عادة عند التعرض لعامل محسس بشدة؛ لكنها قد تحصل أحياناً كتفاعل تراكمي (فالجُرعتان الأوليتان من البنسلين قد لا تحرضان تفاعلاً شديداً، لكن الجرعة الثالثة أو الرابعة قد تؤدي إلى التأق عند بعض الناس). ويتصف التأق (تفاعل تحسسي مهدد للحياة) بما يلي: تفاعل تحسسي فوري يمكن أن يؤدي إلى صعوبة في التنفس، دوخة، إغماء، إحساس بالبرودة (رغذات)، برودة داخلية، خفقان قلبي شديد أو ضربات قلبية غير منتظمة، شحوب، بروز العينين، نقص التركيز، رعاش، اهتزاز داخلي، خوف شديد، وذمة وعائية عصبية، تورم الحلق، انخفاض ضغط الدم، غثيان، قي، إسهال، تورم في أي مكان الجسم، احمرار وشرى، حمى، هذيان، فقد الوعي، للموت أحياناً.

■ **المضد (الجسم المضاد) Antibody:** جزيء بروتيني يُنتج في الجسم من قبل اللَمَقَوِيَّات استجابة لمادة غريبة ضارة أو شاذة (بروتين آخر)، كآلية دفاعية تحمي الجسم.

■ **المُستَضِدُّ Antigen:** أية مادة يتعرف إليها الجهاز المناعي، وتؤدي إلى إنتاج الأضداد في الجسم؛ ويدعى أيضاً المحلول المركز للمستأرج.

- **مُضاد الهستامين Antihistamine:** مادة كيميائية تلجم تفاعل الهستامين Histamine، وتحرّر من الخلايا البدنية Mast cells والقعدات⁽¹⁾ (الأسلت) Basophils خلال التفاعل التحسسي؛ إية مادة تُبطئ الأكسدة، وتمنع الضرر الناتج عن الجذور الحرة Free radicals، وتؤدي إلى توفير الأكسجين.
- **يتمثل Assimilate:** ينجبل في نظام الجسم؛ يحول العناصر المغذية إلى نسيج حي.
- **مناعي ذاتي Autoimmune:** حالة ناجمة عن تصنيع الجسم لأضداد مضادة للنسج أو السوائل الذاتية (في الجسم نفسه)، حيث يهاجم الجهاز المناعي الجسم، ممّا يؤدي إلى ضرر أو تبدل في الوظيفة الخلوية.
- **القعدات (الأسلت) Basophils:** نمط من الكريات البيضاء التي تتوسط التفاعلات الالتهابية؛ وهي تشبه وظيفياً الخلايا البدنية، وتوجد في الأغشية المخاطية والجلد والأنابيب القصية.
- **الخلية البقية B-cell:** كرية بيضاء تنتج الأضداد بتوجيه من الخلايا التائية T-cells.
- **ممنك؛ رابط Binder:** مادة تضاف إلى الأقراص للمساعدة على تماسكها.
- **الحائل الدموي الدماغى Blood brain barrier:** حاجز خلوي يمنع بعض المواد الكيميائية من عبور الدم إلى الدماغ.
- **دائرة Buffer:** مادة تقلل التغيرات في الرقم الهيدروجيني (بي اتش) (درجة الحموضة أو القلوية).
- **المبيضة البيضاء Candida albicans:** جنس من الفطور الخميرية الشكل يوجد عادة في الجسم؛ ويمكن أن يتكاثر ويؤدي إلى عتوى شديدة غالباً أو تفاعلات تحسسية أو تسمم.
- **داء المبيضات Candidiasis:** فرط نمو لفطور المبيضة، وهي جزء من النبيت الطبيعي Normal flora في الفم والجلد والأمعاء والمهبل.
- **الكربوهيدرات المعقدة Carbohydrate complex:** جزيء من السكر المرتبط (المتصل)، يوجد في الحبوب الكاملة والخضروات والفواكه؛ وهو يستقلب إلى غلوكوز بشكل أبطأ من الكربوهيدرات المكررة Refined carbohydrate.
- **الكربوهيدرات المكررة Carbohydrate refined:** جزيء من السكر يستقلب بسرعة إلى غلوكوز، مثل الدقيق الأبيض والسكر الأبيض والرز الأبيض.
- **حفاز Catalyst:** مادة كيميائية تسرع التفاعل الكيميائي من دون أن تستهلك أو تتأثر بشكل دائم في هذه العملية.

(1) مُفرد قعدة، وهي خلية تلتون بالملونات القاعدية.

- **الأرجية الدماغية Cerebral allergy**: خلل في الوظيفة العقلية بسبب التحسس للأطعمة أو المواد الكيميائية أو المواد البيئية أو غير ذلك من المواد، مثل مواد العمل... إلخ.
- **مزمن Chronic**: يدوم طويلاً.
- **متلازمة التعب المزمن Chronic fatigue syndrome**: متلازمة متعددة الأعراض، تترافق عادةً مع التعب ونقص الطاقة أو انعدامها.
- **داء كرون Crohn's disease**: اضطراب معوي يتصاحب بمتلازمة تهيج الأمعاء Irritable bowel syndrome والتهاب الأمعاء والقولون.
- **تفاعل تراكمي Cumulative reaction**: نمط من التفاعل ينجم عن تراكم المستأرجات في الجسم.
- **الأرجية الدوروية Cyclic allergy**: نمط من الأرجية (التحسس) يختفي بالابتعاد أو التجنب أو عدم التعرض، ولا يعود إلا بعودة التعرض الزائد للمادة.
- **السيتوكين Cytokine**: مادة كيميائية تنتجها الخلايا التائية خلال العدوى كخط دفاعي ثانٍ للجهاز المناعي؛ ومن الأمثلة على السيتوكينات نذكر الإنترلوكين 2 Interleukin 2 والإنترفيرون غاما Gamma interferon.
- **إزالة التحسس Desensitization**: هي العملية التي يبنى بها تحمل الجسم Body tolerance للمستأرجات باستعمال خلاصات المادة المؤرجة.
- **إزالة السمية Detoxification**: طرق مختلفة لتقليل المواد السامة المتراكمة في نسيج الجسم.
- **السيبل الهضمي Digestive tract**: يشتمل على الغدد اللعابية والفم والمريء والمعدة والأمعاء الدقيقة وأجزاء من الكبد والبنكرياس والأمعاء الغليظة.
- **اضطراب Disorder**: خلل في الوظائف المنتظمة أو الطبيعية.
- **غبار Dust**: جزيئات الغبار من مصادر مختلفة، والتي تهيج الأفراد المتحسسين، مما يؤدي إلى مشاكل تنفسية مختلفة كالربو والتهاب القصبات والأعراض الشبيهة بحمى الكلا Hay fever والتهاب الجيوب والسعال.
- **سوس الغبار Dust mites**: حشرات مجهرية تعيش في المناطق المغيرة والوسائد والبطانيات والفرش والسجاد والأثاث المنجد والستائر وزوايا البيوت التي يهمل أصحابها تنظيفها بشكل منتظم.
- **الإكزيمة Eczema**: عملية التهابية في الجلد ناجمة عن حالات جلدية تحسسية، تؤدي إلى جفاف وحكة وتجلب (ظهور قشور) وتقرح (ظهور حراشف) ونزف ونفطات أو طفح على الجلد. وينجم الطفح الجلدي عادة عن التحسس (الأرجية).
- **الوئمة Edema**: تراكم مفرط للسوائل في الفراغات النسيجية، وقد يكون موضعاً أو مَعَمّاً.

- **كهَرطيسِي Electromagnetic**: يُشيرُ إلى إصْدَار كُلِّ من المكوّنات الكَهْرَبائيّة والمغناطيسيّة وتفاعُلها؛ وتتَشَأ المغناطيسيّة Magnetism عن الشحنة الكهربيّة المتحرّكة، وتمتلك مقداراً محدّداً من الطّاقة.
- **نظام غذائيّ استبعادِي Elimination diet**: نظامٌ غذائيّ يَجْزِي فيه مؤقتاً استبعادُ الأطعمة المؤرّجة الشّائعة وتلك التي يُشتَبه بأنّها تُسبّب أعراضاً تحسّسية.
- **صمّاء Endocrine**: يُشير إلى الغدّد العديمة القنوات التي تُصنّع وتُفرّز الهرمونات إلى تيار الدّم أو السّوائل خارج الخلايا.
- **جُمْلَةُ الغُدِّ الصمّ Endocrine system**: يشتملُ على الغُدِّ الدرقيّة Thyroid والدرقيّة Parathyroid والنخاميّة Pituitary والوطائسيّة Hypothalamus والكُظريّة Adrenal والصنوبريّة Pineal والتناسليّة Gonads وعلى السبيل المعوي والكليتين والكبد والمشيمة.
- **داخليّ المنشأ Endogenous**: ناشئٌ من أسباب داخليّة أو ناجمٌ عنها.
- **البيئة Environment**: مجموعُ الظروف أو العوالم المحيطيّة التي يوجد أو يعيش فيها الكائن الحي؛ ويمكن أن تكونَ توليفةً من المؤثرات الداخليّة أو الخارجيّة التي قد تؤثر في الفرد.
- **مرضٌ بيئيّ Environmental illness**: مجموعةٌ مُعقّدة من الأعراض الناجمة عن تفاعلات غير ملائمة في الجسم تجاه البيئات الخارجيّة والداخليّة.
- **إنزيم Enzyme**: مادّة، بروتينيّة الطّبيعة عادةً وتتشكّل في الخلايا الحيّة، تُبدئُ أو توقف التفاعلات الحيويّة الكيميائيّة.
- **خليةٌ يوزينيّة؛ خلية حمضة Eosinophil**: نمطٌ من الكريات البيض؛ ويمكن أن ترتفع مستويات اليوزينيّات في بعض حالات التحسّس أو العدوى الطّفليّة.
- **كريّة حمراء Erythrocyte**: واحدةٌ من خلايا الدّم الحمراء.
- **خارجيّ الإفراز Exocrine**: يُشير إلى مادّة تتحرّر عبر القنوات المؤدية إلى حيز أو سطح في الجسم.
- **خارجيّ المنشأ Exogenous**: ناشئٌ عن أسباب خارجيّة أو بسببها.
- **خارج الخلايا Extracellular**: متوضع خارج الخلية أو الخلايا.
- **خلاصة Extract**: مُخفّفٌ علاجيّ للمستنضد، يستعمل في المعالجة المناعيّة، مثل الخلاصة الطعميّة أو الكيميائيّة أو الطّلعيّة.
- **ألمٌ عضليّ ليفي Fibromyalgia**: اضطرابٌ معقدات مناعيّة Immune complex disorder يؤدّي إلى أوجاع معمّمة في الجسم وأوجاع في العضلات وتعبٍ عام.
- **كُرٌّ أو فرٌّ Fight or flight**: تنشيطُ الفرع الوديّ Sympathetic من الجهاز العصبيّ المستقل Autonomic nervous system تحضيراً للجسم لمواجهة التّهديد أو التحدّي.

- **إفْسانُ الطَّعامِ Food addiction**: شَخْصٌ يُصْبِحُ مُعْتَمِداً عَلَى طَعَامٍ مُوَرَّجٍ مُعَيَّن، وَيَنْبَغِي أَنْ يَحَافِظَ عَلَى أَكْلِهِ بِانْتِظَامٍ لِمَنْعِ أَعْرَاضِ الْانْقِطَاعِ.
- **تَصْنِيفُ الْأَطْعَمَةِ Food grouping**: تَصْنِيفُ الْأَطْعَمَةِ فِي مَجْمُوعَاتٍ حَسَبِ خَوَاصِهَا النَّبَاتِيَّةِ أَوِ الْبَيُولُوجِيَّةِ.
- **جَنْزُرُ حُرِّ Free radical**: مِلَادَةٌ ذَاتُ الْإِكْتِرُونَاتِ مُفْرَدَةٌ (غَيْرُ مُتَقَابِلَةٍ) تَتَجَنَّبُ إِلَى الْأَغْشِيَةِ الْخَلَوِيَّةِ وَالْإِنْزِيْمَاتِ حَيْثُ تَرْتَبِطُ وَتُؤَدِّي إِلَى الضَّرَرِ.
- **مَعْدِي مَعْوِي؛ هَضْمِي Gastrointestinal**: مُتَعَلِّقٌ بِكُلِّ مِنَ الْمَعْدَةِ وَالْأَمْعَاءِ.
- **الْهِيْبَارِين Heparin**: مَادَّةٌ تَتَحَرَّرُ خِلَالَ التَّفَاعُلِ التَّحْسُّسِيِّ؛ وَيَتَصَفَّ الْهِيْبَارِينُ بِتَأْثِيرٍ مُضَادٍّ لِلْإِلْتِهَابِ فِي الْجِسْمِ.
- **الْهِيْستَمِين Histamine**: مَادَّةٌ فِي الْجِسْمِ تَتَحَرَّرُ مِنَ الْخَلَايَا الْبَدِينَةِ وَالْقَعْدَاتِ خِلَالَ التَّفَاعُلَاتِ التَّحْسُّسِيَّةِ، وَتُحَرِّضُ الْأَعْرَاضَ التَّحْسُّسِيَّةَ.
- **شُمُولِي Holistic**: يُشِيرُ إِلَى فِكْرَةٍ مَقَادِمَا أَنَّ الصِّحَّةَ وَالْعَافِيَةَ تَعْتَمِدَانِ عَلَى التَّوَازُنِ بَيْنَ الْأَوْجِهَةِ الْجِسْمِيَّةِ (الْبَنِيَوِيَّةِ) وَالْفِيْزِيُولُوجِيَّةِ (الْكِيْمِيَاءِيَّةِ، التَّغْذَوِيَّةِ، الْوُظُيْفِيَّةِ) وَالنَّفْسِيَّةِ وَالرُّوحِيَّةِ عِنْدَ الشَّخْصِ.
- **مُتَعَلِّقٌ بِالمُعَالَجَةِ المَثَلِيَّةِ Homeopathic**: يُشِيرُ إِلَى إِعْطَاءِ مَقَادِيرٍ دَقِيقَةٍ مِنَ الْأَدْوِيَةِ الَّتِي تُؤَدِّي بِجَرَعَاتٍ كَبِيرَةٍ إِلَى تَأْثِيرَاتٍ مُمَاتِلَةٍ لِلْحَالَةِ الْمُعَالَجَةِ.
- **الاسْتِنْبَاب Homeostasis**: حَالَةٌ مِنَ التَّوَازُنِ التَّامِّ فِي الْكَائِنِ الْحَيِّ، يُدْعَى تَوَازُنُ يَنْ - يَانغِ Yin-Yang balance؛ أَوْ تَوَازُنُ الْوُظَائِفِ وَالتَّرْكِيبِ الْكِيْمِيَاءِيِّ ضَمْنَ الْكَائِنِ الْحَيِّ النَّاجِمُ مِنْ تَأْثِيرَاتِ الْأَجْهَزَةِ الْمُنَظَّمَةِ.
- **هُرْمُون Hormone**: مَادَّةٌ كِيْمِيَاءِيَّةٌ تُنْتِجُ فِي الْجِسْمِ، وَتُفَرِّزُ نَحْوَ سَوَائِلِهِ، وَتُنْقَلُ إِلَى أَعْضَاءٍ أُخْرَى، حَيْثُ تُنْتِجُ تَأْثِيرًا نَوْعِيًّا فِي الْاسْتِقْلَابِ (الْأَيْضِ).
- **هَيْدُرُوكَرْبُون Hydrocarbon**: مُرَكَّبٌ كِيْمِيَاءِيٌّ يَحْتَوِي عَلَى هَيْدُرُوجِيْنٍ وَكَرْبُونٍ فَقَطْ.
- **فَرْطُ التَّحْسُّسِ Hypersensitivity**: تَفَاعُلِيَّةٌ مُكْتَسَبَةٌ Acquired reactivity تَجَاهَ مُسْتَضْدٍّ مَا، يُمْكِنُ أَنْ تُؤَدِّيَ إِلَى ضَرَرٍ فِي الْجِسْمِ عِنْدَ التَّعَرُّضِ لِأَحَدٍ لَذَلِكَ الْمُسْتَضْدِّ.
- **فَرْطُ الدَّرَقِيَّةِ Hyperthyroidism**: حَالَةٌ تَنْجُمُ عَنْ زِيَادَةِ عَمَلِ الْغَدَّةِ الدَّرَقِيَّةِ.
- **نَاقِصُ الْمُوَرَّجِ؛ ضَعِيفُ التَّحْسُّسِ Hypoallergenic**: يُشِيرُ إِلَى مُنْتَجَاتٍ مُحَضَّرَةٍ بِحَيْثُ تَحْتَوِي عَلَى أَقَلِّ الْمُسْتَأْرَجَاتِ الْمُمْكِنَةِ. وَيُمْكِنُ أَنْ يَتَحَمَّلَهَا بَعْضُ النَّاسِ الْمُصَابِينَ بِحَالَاتٍ تَحْسُّسِيَّةٍ قَلِيلَةٍ جَيِّدًا؛ أَمَّ الْمُصَابُونَ بِتَحْسُّسٍ شَدِيدٍ فَهَذَا يُؤَدِّيُ تَفَاعُلَاتٍ تَجَاهَهَا.
- **فَقْصُورُ الدَّرَقِيَّةِ Hypothyroidism**: حَالَةٌ تَنْجُمُ عَنْ نَقْصِ عَمَلِ الْغَدَّةِ الدَّرَقِيَّةِ.
- **الْغُلُوبُولِيْنِ الْمُنَاعِي A IgA; Immunoglobulin A** هُوَ ضَدٌّ يُوجَدُ فِي الْمَفْرَزَاتِ الْمُصَاحِبَةِ لِلْأَغْشِيَةِ الْمَخَاطِيَّةِ.

- الغلوبولين المناعي IgD; Immunoglobulin D D: ضدُّ يوجَدُ على سَطْحِ الخَلايا البائيَّة B-cells.
- الغلوبولين المناعي IgE; Immunoglobulin E E: ضدُّ مَسْؤُولٌ عن فَرَطِ التَّحَسُّسِ العاجِلِ Immediate hypersensitivity والتفاعلات الجلدية.
- الغلوبولين المناعي IgG G: يُدْعَى أَيْضاً الغامَاغلوبولين Gammaglobulin؛ وهو الضدُّ الرَّئيسي في الدَّم، ويقي من الجراثيم والفيروسات.
- الغلوبولين المناعي IgM M: هو أوَّلُ ضدٍّ يظهر خلال الاستجابة المناعية.
- الجهازُ المناعي Immune system: هو النظامُ الدِّفاعيُّ في الجسم، يتكوَّن من خلايا وأعضاء وسوائل بَنِيَّة مُتَخَصِّصَةٌ؛ ويَنصِفُ بالقُدْرَةِ على تَعْدِيلِ المواد غير المرغوبة أو الغريبة وتحديد مواقعها واستقلابها والتخلُّص منها.
- مَنَقُوصُ المَناعة Immunocompromised: شَخْصٌ تَضَرَّرَ جِهَازُهُ المناعي أو تَعَرَّضَ للإجهاد أو لم يَغْذِ يعمل بشكل صحيح.
- المَناعة Immunity: حالةٌ وراثيةٌ أو مُكتسبةٌ أو مُحَرَّضَةٌ يُمكنُها مُقاومةُ مستضد مُعَيَّن بإنتاج الأضداد المُنَاوِنَةِ له؛ آليَّةٌ مُتَفَرِّدَةٌ لدى الكائن الحيِّ لِحماية جسمه والمحافظة عليه ضدَّ أنواع كثيرة من العوامل المحيطة به.
- الالتهاب Inflammation: تفاعلُ النُّسُجِ تجاه الإصابة الناجمة عن الرُّضُوض أو الغدوَى أو المواد المهيِّجَةِ؛ وقد ترتفع حرارة النسيج المصاب ويحمرُّ ويتورَّم ويُصبح مؤلماً.
- نَسْثُوق؛ عاملٌ مُسْتَنَشَق Inhalant: أيَّةُ مادَّةٍ مَحْمُولَةٍ في الهواء صغيرة بما يكفي حتَّى تُسْتَنَشَقَ إلى الرئتين، مثل غبار الطَّلَع والغبار والعفن وقشرة الحيوانات والعطر والشَّحَابِ ورائحة المركبات الكيميائية.
- التَحَمُّل Intolerance: عدم قُدْرَةِ الكائن الحيِّ على الإِنْتِفَاعِ بِمادَّةٍ ما.
- داخِلُ الخَلايا Intracellular: مُتَوَضِّعٌ ضمنَ الخَليَّةِ أو الخَلايا.
- داخِلُ الأَثَمَةِ؛ أَلَمِي Intradermal: طَريقَةٌ في الاختبارات تُحَقَّنُ فيها كميَّةٌ مَقيَّسةٌ من المستضدِّ بين الطبقات العلوية من الجلد.
- أيون Ion: ذرَّةٌ خَسِرَتْ أو اكتسبت إلكترونات، وبذلك فهي تحمل شحنة كهربائية.
- عِلْمُ الحَرَكَةِ Kinesiology: هو عِلْمُ حَرَكَةِ العضلات.
- خَافٍ؛ كَامِنٌ Latent: خَامِلٌ أو مُسْتَتِرٌ.
- الكَرَيَّاتُ البِيض Leukocytes: هي خلايا الدَّم البِيضاء.
- السُّخْمِيَّاتُ Lipids: الشُّحُوم والزُّيُوت غير الذوابة في الماء؛ وتكون الزيوت سائلةً بدرجة حرارة الغرفة، بينما تكون الشُّحُوم والدهون صلبةً.

- **اللِّمْف Lymph:** سائلٌ مائِيٌّ ورائقٌ وقلويٌّ من سوائلِ الجسمِ، يُوجدُ في الأوعية اللِّمْفِيَّةِ والفراغاتِ النسيجيَّةِ، ويحتوي على الكريَّات البيضَ بِشَكْلِ رئيسيٍّ.
- **لمفاويَّة Lymphocyte:** نَمَطٌ من الكريَّات البيضِ، يُصنَّفُ عادةً إلى خلايا تائيَّةٍ أو بائيَّةٍ.
- **بلَّعم Macrophage:** كُريَّةٌ بيضاءٌ تقتلُ الكائنات الدقيقة وخلايا الجسم الأخرى وتلتهمها.
- **التَّخْفِيعُ؛ الإخفاء Masking:** كَبَتْ الأعراض الناجمة عن التعرُّض المتكرَّر لمادَّةٍ ما يَتَحَسَّسُ لها الشَّخْصُ.
- **الخلايا البَدِينَة Mast cells:** خلايا كبيرةٌ تحتوي على الهيستامين، تُوجدُ في الأغشية المخاطيَّةِ وخلايا الجلد؛ ويتحرَّرُ الهيستامين في هذه الخلايا خِلالَ بعضِ التفاعلات التحسُّسية.
- **مُتَوَاسِطٌ Mediated:** يُفيدُ كمطيَّةٍ أو وسيطٍ لحدوثِ الظَّاهِرَةِ؛ فمثلاً، يُمَثِّلُ التفاعل المتواسِطُ بالغلوبيولين المناعي IgE أحدَ التفاعلات التي تُسبِّبُ فيها تغيُّراتُ IgE نَقَمٌ الأعراض والتفاعل.
- **غِشاء Membrane:** طبقةٌ أو صَحِيفَةٌ رقيقةٌ من النسيجِ المرِنِ المبطنِ لجوفٍ ما، وهي تربطُ بين بُنيَتَيْنِ، وتعملُ كحاجزٍ انتقائيٍّ.
- **الاستقلاب Metabolism:** هو العمليَّاتُ الكيميائيَّةُ والكهربائيَّةُ المعقَّدةُ في الخلايا الحيَّةِ، والتي تُنتِجُ فيها الطَّاقَةَ وتُستمرُّ بها الحَيَاةُ؛ ويَجْري من خلاله تمثُّلُ المادَّةِ الجديدة للنموِّ والترميمِ والتغويضِ عن النسيجِ؛ ثُمَّ تفرَّغُ الفضلات.
- **الشَّقِيقَة Migraine:** حالةٌ تتجلَّى بصِّدَاعٍ شديدٍ مُتكرِّرٍ، في جهةٍ واحدةٍ من الرأسِ غالباً، كما يتصاحب بالغيثان والقيء والأورة⁽¹⁾ الضوئيَّة Light aura غالباً. ويُعرَى هذا الصِّدَاعُ عادةً إلى التحسُّسِ للطَّعامِ.
- **مَعْدِن Mineral:** مادَّةٌ غيرُ عضويَّةٍ؛ وتشتملُ المعادِنُ الرئيسيَّةُ في الجسمِ على الكالسيوم والفسفور والبوتاسيوم والكبريت والصُّوديوم والكلوريد والمغنِزيوم.
- **وحيدة Monocyte:** نَمَطٌ من الكريَّات البيضِ.
- **الأغشية المخاطيَّة Mucous membranes:** نُسُجٌ رَطْبَةٌ تُشكِّلُ بطانةَ أجواف الجسم التي لها فتحةٌ خارجيَّةٌ، مثل السَّبِيلِ التنفُّسيِّ والهَضْمِيِّ والبوليِّ.
- **اختباراتُ الاستجابة العضليَّة Muscle Response Testing:** طريقةٌ اختباريَّةٌ تعتمدُ على علم الحركة لاختبارِ الحالات التحسُّسية بمقارنةِ قوَّةِ عضلةٍ ما أو مَجمُوعةٍ من العضلات بوجود المُستأَرَجِ وبغيابه.

(1) الشُّعُور الكاذب بوجود ضَوْءٍ.

- طرائق إزالة التحسس بحسب نامبودريباد (NAET (Nambudripad's Allergy Elimination Techniques): طريقة للتخلص من الحالات التحسسية (الأرجيات) بشكل دائم من الجسم تجاه المستأرج المَعالج؛ وقد وضعت هذه الطريقة الدكتور ديفي س. نامبودريباد Dr. Devi S. Nambudripad عام 1983، وتُمارَس من قِبَل أكثر من 4500 مُمارِس طبي في العالم؛ وتُعدُّ هذه الطريقة طبيعية تماماً وغير باضعة وخالية من الأدوية؛ وهي فعّالة في معالجة جميع أنماط الحالات التحسسية والمشاكل الناشئة عن الأرجيات. وهي تُعلَّم من قِبَل الدكتور نامبودريباد في بونا بارك Buena Park حالياً لجميع الأطباء المُجازين؛ ويمكن معرفة المزيد عنها بزيارة الموقع www.naet.com.
- الجهاز العصبي Nervous system: شبكة مُكوَّنة من الخلايا العصبية والدماغ والنخاع الشوكي، وهي تُنظِّم أنشطة الجسم وتُتَّسقها.
- ناقل عصبي Neurotransmitter: جُزْء ينقل الرِّسَال الكهربية أو الكيميائية من خلية عصبية (العصبون) إلى أخرى أو من خلية عصبية إلى خلايا عضلية أو إفرازية أو عضوية.
- المغذيات Nutrients: الفيتامينات والمعادن والحموض الأمينية والحموض الدهنية والسكر (الغلوكوز)، وهي المواد الخام الضرورية للجسم لتأمين الطاقة وإصلاح العيوب والمحافظة على الوظائف.
- الأطعمة العضوية Organic foods: هي الأطعمة التي تنمو في تربة خالية من المخصبات الكيميائية Chemical fertilizers ومن دون مُبيدات للآفات الزراعية والفطريات والأعشاب.
- الانبعاث الغازي Outgasing: تحرير المواد الكيميائية الطيارة التي تتبخر ببطء وباستمرار من المواد المستقرة ظاهرياً، مثل البلاستيك أو الألياف التركيبية أو مواد البناء.
- فرط التحميل؛ فرط الحمل Overload: قَهْرُ الجهاز المناعي بسبب التعرُّض الهائل المتزامن أو التعرُّض المتواصل بمستوى منخفض لعددٍ من الضغوط أو الكروب، بما في ذلك المستأرجات.
- طفيلي Parasite: كائن حي يعتمد على كائن حي آخر (مضيف) من أجل الطعام والمأوى، دون أن يقدِّم شيئاً لبقاء المضيف على قيد الحياة.
- مُمرض Pathogenic: قادر على إحداث المرض.
- علم الأمراض Pathology: الدارسة العلمية للمرض، أسبابه وحدثاته وتغيراته البنيوية أو الوظيفية ومظاهر تطوره ونتائجه.
- سبيل؛ مسلك Pathway: الطريق الاستقلالي الذي تستعمله أجهزة الجسم في تيسير الوظائف الحيوية الكيميائية.

- مقياس الجريان الذروي Peak flow meter: وسيلة قِيَمَة ورَخيصة تُستعملُ في قياس سُرعة الهواء المَزقور من الرنَتين قَصرًا، وهو يُساعد على مُراقبة الاضطرابات التنفسية مثل الربو.
- بَتروكيميائي Petrochemical: مادَّة كيميائيَّة مشتقَّة من البَترول أو الغاز الطَبيعي.
- الرَقم الهليدروجيني (بي إتش) pH: مقياس من 1 إلى 14، يُستعمل في قياس حُموضة المحاليل وقُوَّتها؛ فالدرجة من 1 - 6 حمضيَّة، والدرجة 7 مُتعادلة، والدرجة من 8 - 14 قلوِيَّة أو قاعدِيَّة.
- الفينولات Phenolics: تُدعى للترينينات Terpenes أيضًا؛ وهي تُشاهد بشكل طَبيعي في النباتات لِتُعطي اللَون والرائحة للأوراق واللِّحاء والأزهار والثمار والعُصارات؛ وهي تُشتق من البنزين Benzene، وتُصنع تركيبياً؛ كما تُغطي النكهة واللون للأطعمة، وتُساعد على حفظها.
- التَّسَمُّيلُ خَلْفَ الأنف؛ التَّقَطُّرُ خَلْفَ الأنف Postnasal drip: تَسَرُّبُ السَّوائلِ الأنفيَّة والمخاط نحوَ القسم الخلفي من الحلق.
- طَليقة؛ سَلَف Precursor: أي شيء يَتَقَدَّم شيئاً أو حَدَثاً آخر، مثل المادَّة الخاملة والتي تَتحوَّل إلى مادَّة فعَّالة تتحوَّل إلى إنزيم فعَّال أو فيتامين فعَّال أو هُرمون فعَّال.
- البرومستَاغلاندينات Prostaglandins: مَجموعة من الحُموض الدهنيَّة غير المُشبَّعة والمحوَّرة (المعدَّلة)، ذات الوظائف التنظيميَّة.
- إشعاع Radiation: عمليَّة إصدار ونقل وامتصاص أي نمط من الأمواج أو جُزيئات الطاقة، مثل الضوُّء أو الراديو أو الأشعة فوق البنفسجيَّة أو الأشعة السينيَّة.
- مُستَقْبِلَة Receptor: بَنية بروتينيَّة خاصَّة على الخلايا، حيث ترتبطُ الهرمونات والنواقل العصبيَّة والإنزيمات بسطح الخلية.
- جِهازُ التَّنَفُّس Respiratory system: هو الجِهازُ الذي يبدأ بالمنخَرين Nostrils ويمتدُّ عبر الأنف إلى القسم الخلفي من الحلق، فالحنجرة والرنَتين.
- السَظْلَامُ الغِذائي الدَوَّار؛ الحَمِيَّة الدَوَّارة Rotatlon diet: نظامٌ غِذائيٌّ يُوَكَّل فيه طعامٌ مُخصوص وأطعمة أخرى من "العائلة نفسها" مرةً واحدة فقط كل 4 - 7 أيَّام.
- التَحسُّس Sensitivity: حالةٌ تَلَاوُمِيَّة يُظْهَر فيها الشَّخصُ مجموعةً من الأعراض غير الملائمة (الضارة) تجاه البيئَة، الداخليَّة أو الخارجيَّة. ويُدعى ذلك التفاعلات غير المرتبطة بالغلوبولين المناعي E، IgE، عادةً.
- السَيرُوتونين Serotonin: أحدُ مكوِّنات الصَّغِيحات الدُمويَّة والأعضاء الأخرى، يَتحرَّر خلال التفاعلات التحسُّسية؛ كما يعمل ناقلاً عَصَبياً في الجِسم.

- مُتَلَابِمَةُ الْبِنَاءِ الْمَرِيضِ Sick building syndrome: تُدْعَى أَيْضاً لمرضِ الْمُرْتَبِطِ بِموادِ الْبِنَاءِ Building materials related illness؛ وَيُسْتَعْمَلُ هَذَا الْمُصْطَلَحُ عِنْدَمَا يُبْدِي سَاكِنٌ أَوْ أَكْثَرُ فِي الْبِنَاءِ أَعْرَاضاً مُتَمَاتِلَةً عَلَى صِلَةٍ بِيَعِضِ الْمُلَوَّنَاتِ الْدَاخِلِيَّةِ. وَتَشْمَلُ الْكَثِيرُ مِنْ هَذِهِ الْأَعْرَاضِ عَلَى تَفَاعُلَاتٍ تَجَاهِ السَّجَادَ وَالْقَوْرْمَالْدِهَيْدَ الْخَشَبَ الْمَضْفُوطَ وَالطَّلَاءَ وَالزُّجَاجَ الْأَلْيَافِيَّ وَأَعْمَالِ اللَّيْلَاطِ وَالْمَنْظَفَاتِ الْكِيمِيَاءِيَّةِ وَالْغَازَ الْمَتَسَرِّبَ مِنَ الْبِلَاسْتِيكِ وَالْمَوَادِّ التَّرْكِيبِيَّةِ الْآخَرَى.
- الستيرويد Steroid: مَادَّةٌ مِنَ الْجُزَيْنَاتِ الشَّحْمِيَّةِ الطَّبِيعِيَّةِ، مِثْلُ الْهَرْمُونَاتِ وَالْحَمُوضِ الصَّفْرَاوِيَّةِ وَطَلَاتِجِ الْفَيْتَامِينَاتِ وَبَعْضِ الْأَدْوِيَّةِ الطَّبِيعِيَّةِ؛ وَهُوَ - فِي عِلْمِ الْأَدْوِيَّةِ - مَرْكَبٌ اصْطِنَاعِي يُسْتَعْمَلُ فِي كِبَتِ تَأْثِيرِ الْجِهَازِ الْمَنَاعِيِّ.
- كَرْبٍ؛ ضَغْطٌ نَفْسِي Stress: أَيُّ شَيْءٍ يَفْرِضُ إِجْهَاداً مُفْرِطاً عَلَى وَظَائِفِ الْجِسْمِ الطَّبِيعِيَّةِ. وَيُمْكِنُ أَنْ يَكُونَ الْكَرْبُ دَلْخَالِياً فِي مَنْشِئِهِ (مَرَضٌ، سَوْءُ تَغْنِيَّةٍ، تَفَاعُلٌ تَحْصُصِي) أَوْ خَارِجِياً (عَوَامِلُ بَيْنِيَّة).
- تَحْتَ اللِّسَانِ Sublingual: طَرِيقَةٌ فِي الْاِخْتِبَارَاتِ أَوْ الْمَعَالِجَةِ، حَيْثُ يُعْطَى مِقْدَارٌ مَقِيسٌ مِنْ مُسْتَضَدٍّ أَوْ خِلَاصَةٍ تَحْتَ اللِّسَانِ خَلْفَ الْأَسْنَانِ. وَيَكُونُ امْتِصَاصُ الْمَادَّةِ سَرِيعاً بِهَذِهِ الطَّرِيقَةِ.
- مُسْتَحْضَرٌ غِذَائِي Supplement: مَادَّةٌ غِذَائِيَّةٌ تُؤْخَذُ إِضَافَةً إِلَى الطَّعَامِ كَيْ تَلْبِيَ الْحَاجَاتِ الزَّائِدَةَ، أَوْ تُصْلِحَ الْعُيُوبَ أَوْ تَمْنَعُ تَنَكُّسَ أَجْزَاءِ الْجِسْمِ.
- اِسْتِغْذَالٌ Susceptibility: مُصْطَلَحٌ بَدِيلٌ يُسْتَعْمَلُ لَوْصَفِ التَّحْصُّنِ.
- أَعْرَاضٌ Symptoms: تَغْيِيرٌ يُمْكِنُ لِلتَّعَرُّفِ إِلَيْهِ فِي الْحَالَةِ الْجَسَدِيَّةِ أَوْ الْعَقْلِيَّةِ لِلشَّخْصِ، يَخْتَلِفُ عَنِ الْوِظِيفَةِ الطَّبِيعِيَّةِ أَوْ الْإِحْسَاسِ أَوْ الْمَظْهَرِ، وَيُمْكِنُ أَنْ يَدُلَّ عَلَى مَرَضٍ أَوْ اِضْطِرَابٍ.
- مُتَلَابِمَةُ Syndrome: مَجْمُوعَةٌ مِنَ الْأَعْرَاضِ أَوْ الْعَلَامَاتِ الَّتِي تَحْصُلُ مَعاً، وَتُؤَدِّي إِلَى طَرَازٍ نُمُوجِي لِاضْطِرَابٍ مُعَيَّنٍ.
- تَرْكِييبٌ؛ تَصْنِيعٌ Synthesis: الْجَمْعُ بَيْنَ عَنَاصِرٍ وَمَوَادِّ مُنْفَصِلَةٍ لِإِحْدَاطِ جُمْلَةٍ جَدِيدَةٍ مُتَضَافَةٍ.
- تَرْكِييبِيٌّ؛ اصْطِنَاعِي Synthetic: مَصْنُوعٌ فِي الْمَخْتَبَرِ، وَلَيْسَ نَاتِجاً طَبِيعِيّاً، أَوْ قَدْ يَكُونُ نَسْخَةً مِنْ مَادَّةٍ مَصْنُوعَةٍ فِي الطَّبِيعَةِ.
- جِهَازِيٌّ؛ مَجْمُوعِيٌّ Systemic: مُؤَثِّرٌ فِي الْجِسْمِ كُلِّهِ.
- الْعَضْوُ الْهَدَفُ Target organ: الْعَضْوُ أَوْ الْجِهَازُ الْخَاصُّ فِي الْفَرْدِ الَّتِي يَتَأَثَّرُ أَكْثَرُ مِنْ غَيْرِهِ بِالتَّفَاعُلَاتِ التَّحْصُصِيَّةِ (الْأَرْجِيَّةِ) تَجَاهِ مَوَادِّ مُخْتَلَفَةٍ.
- الْخَلْسِيَّةُ التَّائِيَّةُ T-cell: كَرِيَّةٌ يَبْضَاءُ تُوَجَّهُ الْخَلَايَا الْبَائِيَّةُ لِإِنْتِاجِ الْأَضْدَادِ فِي التَّفَاعُلِ التَّحْصُصِيِّ أَوْ الْمَنَاعِيِّ.

- **التحمل Tolerance:** قدرة الجسم على مقاومة التعرض المتكرر من دون أعراض.
- **عتبة التحمل Tolerance threshold:** المقدار الأقصى من المستأرجات والكروب وحالات التعرض التي يستطيع الشخص تحملها من دون الإصابة بأعراض.
- **التسمم؛ السمية Toxicity:** تأثير سام أو مهيّج أو ضار يحصل عندما يتناول الشخص أو يُنتج مادة ما بكمية تزيد على عتبة تحمله.
- **سم؛ ذيفان Toxin:** مادة سامة أو مهيّجة أو ضارة.